

4月 学校給食予定(アレルギー詳細)献立表

1. 予定(アレルギー詳細)献立表は、食品衛生法に定められている27品目を表示しています。

特定原材料(表示義務)7品目		特定原材料に準ずる(表示の推奨)20品目	
卵 乳 小麦 そば 落花生 えび かに	あわび いか いくら さけ さば 牛肉 鶏肉 豚肉 セラチン 大豆 ごま くるみ カシューナッツ オレンジ キウイフルーツ パナナ もも りんご まつたけ やまいも		

2. 献立名の黒丸印(●)は、食物アレルギー除去食対応児童生徒へ除去食の提供があります。カッコ内の食品は対応アレルギーを表示しています。

※ 沖縄県立学校給食センターで除去食に対応しているアレルギーは下記の商品です。除去食の提供はこのアレルギー7品目を含む和え物(サラダ・フルーツ和えを含む)・炒め物・魚物(カレー・シチュー・麺類を含む)・汁物です。

除去食対応アレルギー7品目	卵 乳(乳製品) えび かに いか たこ ごま しらす・ちりめん・かえりほ、えび・かにとして除去対象外となります。

3. 加工食品に関しては、原材料や調味料ではなく、アレルギーのみを表示している場合もあります。

4. しょうゆは(小麦・大豆)、酢・特濃酢は(小麦)の成分を含んでいます。月はじめて使用した日のみ、アレルギーを表示しています。

その日以降は表示はしていませんがアレルギーは同じです。

5. 海苔類(あおさ、もずく、ひじき)、しらすやチリメン、カエリなどは、えび・かにが混ざる漁法で採取されていることから、「えび・かに」が混合することがあります。

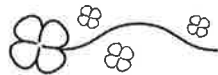
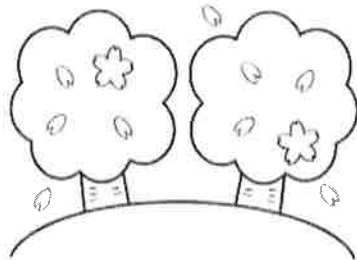
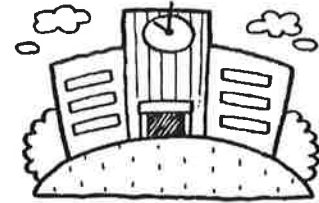
6. あさりには「かに」が共生しています。

7. 天候やその他の都合により、献立の変更や食材を変更することがあります。

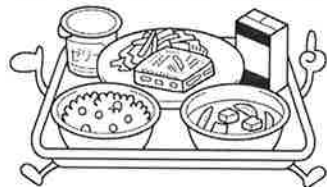
曜日	献立名	卵の食品 (白や肉、骨を作る)	乳の食品 (熱やかになる)	鶏の食品 (体の骨を繋げる)	調味料	欠食
10日 火	 <p style="text-align: center;">入学式 入学おめでとうございます!</p> 					
11日 水	牛乳 黒糖/パン 照り焼きチキン さくらゼリー	牛乳 鶏肉	牛乳 黒糖/パン(小麦・乳・大豆) 三温糖 ほちみつ でん粉	大豆 さくらんぼ果汁 レモン果汁	イースト 塩、白ワイン 濃口醤油(小麦、大豆) みりん	
12日 木	牛乳 麦ご飯 五目卵焼き ふりかけ くだもの	牛乳 豚 わかめ ひじき	牛乳 米 麦 でん粉 砂糖 糖化淀粉	大豆 さくらんぼ果汁 レモン果汁	人参 グリンピース コーン だし汁(小麦、大豆) 梅干し けずり節 塩 みりん	
13日 金	牛乳 麦ご飯 魚の生姜焼き パン	牛乳 さんま	牛乳 米 麦 三温糖 でん粉	大豆 生麦	濃口醤油 みりん 酒	
16日 月	牛乳 肉まん 紅芋の萌黄粉がけ (1個) ブルー	牛乳 大豆、豚肉 黄な粉(大豆)	牛乳 米 麦 小豆粉 砂糖 ラード(豚) 糖化淀粉、でん粉、ごま 紅芋 はったい粉 黒糖 グラニュー糖、なたね油	大豆 生麦	イースト 醤油 塩	

曜日	献立名	卵の食品 (白や肉、骨を作る)	乳の食品 (熱やかになる)	鶏の食品 (体の骨を繋げる)	調味料	欠食
17日 火	牛乳 わかめご飯 ヒジキと野菜の豆腐あげ くだもの	牛乳 わかめ 豚肉すり身 豆腐(大豆) ひじき 大豆 卵	牛乳 米 麦 大豆油 砂糖 でん粉(小麦)	大豆 人参 枝豆(大豆) 玉ねぎ	塩 砂糖	
18日 水 浜下り 献立	牛乳 クファシューシー 揚げ豆腐の薬味ソース 揚げ 塩こんぶ和え 三月菓子	牛乳 昆布 大豆 ちきあぎ(大豆) 豚肉 豆腐(大豆) 塩こんぶ(大豆、小麦) しらすほし 蕨	牛乳 米 麦 大豆油 なたね油 三温糖 ごま油 ごま油 三温糖	大豆 人参 ねぎ 椎茸 人参 大根 キャベツ きゅうり	濃口醤油 薄口醤油(小麦、大豆) ブイヨン(鶏、豚) かつお節 みりん 塩 塩 濃口醤油 塩 みりん 酢(小麦) 濃口醤油 酢 シークワーサー果汁	
19日 木	牛乳 【セルフ牛丼】 麦ご飯 牛丼(具) 長ねぎの味噌汁 大根の梅あえ	牛乳 牛肉 わかめ 味噌(大豆) 麦みそ(大豆) 白みそ(大豆) 大根 小松菜	牛乳 米 麦 大豆油 三温糖 三温糖	大豆 人参 玉ねぎ 人参 竹の子 ピーマン こんにゃく 白菜 もやし 人参 えのき 長ねぎ 人参 小松菜 人参 きゅうり	塩 濃口醤油 みりん 塩 かつお節 かつお節 だし昆布 塩 酢 塩	
20日 金	牛乳 コッパン 春キャベツのスープ オムレツのミートがけ 豆サラダ	牛乳 鶏肉 ベーコン(豚、大豆) 白たまごペースト 豚肉 卵 セラチン 大豆 ミックスビーンズ 白いんげん 鶏ささみ	牛乳 パン(小麦、卵、大豆) じゃが芋 三温糖 でん粉 大豆油	大豆 人参 しめじ キャベツ パセリ 玉ねぎ 人参 青豆(大豆) 南瓜 大根 コーン シークワーサー	豚骨 鶏骨 塩 しょうゆ ケチャップ 塩 ミートソース(小麦、豚、大豆) ウスターソース(大豆、りんご)	
23日 月	牛乳 クチャップライス 魚の花園やき 白菜と胡瓜のサラダ くだもの	牛乳 鶏肉 ベーコン(豚、大豆) ホキ チーズ(乳) 鶏ささみ	牛乳 米 麦 大豆油 ノンエッグマヨネーズ (大豆、りんご) オリーブ油 三温糖	大豆 人参 木耳 マッシュルーム 玉葱 パセリ ピーマン 赤ピーマン 黄色ピーマン 人参 小松菜 人参 白菜 大根 シークワーサー	パプリカ粉 ケチャップ トマトソース(大豆) 塩 トマトソース ブイヨン(鶏)	
24日 火	牛乳 麦ご飯 麻婆豆腐 春巻き 中華あえ	牛乳 大豆(大豆) 豚肉 麦みそ(大豆) 赤みそ(大豆) 大豆 豚肉 乳 鶏肉 セラチン ささみ	牛乳 米 麦 大豆油 でん粉 ごま油 ラード 醤油 糖化淀粉 砂糖 小麦粉 でん粉 ごま コーン シークワーサー なたね油	大豆 人参 玉ねぎ 木耳 椎茸 生麦 にんにく にら 竹の子 キャベツ 人参 椎茸 生麦 にんにく りんご 人参 大根 南瓜 ザーサイ(大豆) 小松菜	豆板醤 豚骨 ケチャップ 塩 醤油 がらスープ 塩	
25日 水	牛乳 ゆかりご飯 春のみそ汁 まぐろのみそ漬 ひじきの炒め煮	牛乳 あさり 豆腐(大豆) 白かつほ まぐろ 甘口みそ(大豆) 白みそ(大豆) ひじき 豚肉 大豆 ちきあぎ(大豆)	牛乳 米 麦 三温糖 大豆油	大豆 人参 ねぎ 人参 大根 こんにゃく	ゆかり粉 かつお節 だし昆布 薄口醤油 塩 塩 酒 塩 みりん 濃口醤油 みりん 塩 かつお節 ブイヨン(鶏、豚)	

曜日	献立名	赤の食品 (肉や魚、骨を作る)	黄の食品 (熱ゆかになる)	緑の食品 (体の調子を整える)	調味料	欠食
26日	牛乳	牛乳				
	和風スパゲティ	ベーコン(豚 大骨) 鶏肉	スパゲティ(小麦)オリーブ油 大骨油	人参 玉ねぎ マッシュルーム しめじ えのき 椎茸 ピーマン にんにく	醤油(醤油 塩) こしょう ブイヨン(鶏)	
	子持ちししゃもフライ	からふとししゃも 大骨	小麦粉 パン粉 なたね油	生姜	塩	
(木)	南瓜とアーモンドの サラダ	ハム(豚 鶏 大骨)	アーモンド 三温糖 ノンエッグ グマヨネーズ(大骨) りんご	南瓜 人参 豆苗 青豆(大骨)	酢 塩	
	牛乳	牛乳				
27日	麦ご飯		米 麦			
	わかめスープ	鶏肉 わかめ 豆腐(大骨)	でん粉 ごま油	人参 コーン 冬瓜 長ねぎ 椎茸	かつお節 醤油 薄口醤油 塩	酒類小 欠食
	チャプチェ	豚肉	春雨 ごま油 三温糖	生姜 にんにく しめじ 人参 玉ねぎ たら キャベツ 白菜キムチ(大骨) 小夏	酒 コチュジャン(大骨) 薄口醤油 みりん 塩	
(金)	フルーツみつ豆	黒豆(大骨) 春天	カラフル豆(大骨) 三温糖	みかん粉 もも粉 バイン布 シークワーサー		



給食がはじまります!



曜日	献立名	赤の食品 (肉や魚、骨を作る)	黄の食品 (熱ゆかになる)	緑の食品 (体の調子を整える)	調味料	欠食
<h2>学校給食の7つの目標</h2>						
<p>①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。</p>		<p>②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。</p>		<p>③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。</p>		<p>④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。</p>
<p>⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に変えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。</p>		<p>⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。</p>		<p>⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。</p>		

学校給食の内容

くだもの・デザート
三月菓子・柏餅などの行事や季節の果物を取り入れます。

牛乳
毎日です。
県産牛乳100パーセントです。



主食
ごはん(週3~4)
パン(週1) 麺(週1) 予定です。

おかず
食品構成に基づき、季節の食品・地場産物を取り入れ、多くの食品を組み合わせて献立を作ります。

補食給食とは・・・小学1年生が学校になれるまでの間、通常よりも少ない品数の給食を提供します。

<p>4/11日(水)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●牛乳 ●黒糖パン ●チキン ●さくらゼリー 	<p>4/12日(木)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●牛乳 ●麦ご飯 ●五目卵やき ●ふりかけ 	<p>4/13日(金)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●牛乳 ●麦ご飯 ●魚の生姜やき ●パン
<p>4/16日(月)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●牛乳 ●ミニ肉まん ●紅芋の黄な粉がけ ●ブルー 	<p>4/17日(火)</p> <ul style="list-style-type: none"> ●牛乳 ●わかめご飯 ●ひじきと野菜等豆腐あげ ●くだもの 	<p>4月18日(水)～ 完全給食が始まります。</p> <p>◎毎月、献立表を発行します。お子さんと一緒に目を通すようお願いします。</p>

4月 学校給食予定(アレルギー詳細)献立表

1. 予定(アレルギー詳細)献立表は、食品衛生法に定められている27品目を表示しています。

特定原材料(表示義務)7品目	特定原材料に準ずる(表示の推奨)20品目
卵 乳 小麦 そば 落花生 えび かに	あわび いか いくら さけ さば 牛肉 鶏肉 豚肉 ゼラチン 大豆 ごま くるみ カシューナッツ オレンジ キウイフルーツ パナナ もも りんご まつたけ やまいも

2. 献立名の黒丸印(●)は、食物アレルギー除去食対応児童生徒へ除去食の提供があります。カッコ内の食品は対応アレルギーを表示しています。

※ 沖縄市立学校給食センターで除去食に対応しているアレルギーは下記の7品目です。除去食の提供はこのアレルギー7品目を含む和え物(サラダ・フルーツ和えを含む)・炒め物・魚物(カレー・シチュー・~~味噌煮込み~~・汁物)です。

除去食対応アレルギー7品目	卵 乳(乳製品) えび かに いか たこ ごま しらす・ちりめん・かえりは、えび・かにとして除去対象外となります。
---------------	--

3. 加工食品に関しては、原材料や調味料ではなく、アレルギーのみを表示している場合もあります。

4. しょうゆは(小麦・大豆)、酢・特濃酢は(小麦)の成分を含んでいます。月はじめて使用した日のみ、アレルギーを表示しています。

その日以降は表示はしていませんがアレルギーは同じです。

5. 海産類(あおさ、もずく、ひじき)、しらすやチリメン、カエリなどは、えび・かにが混ざる漁法で採取されていることから、「えび・かに」が混合することがあります。

6. あさりには「かに」が共生しています。

7. 天候やその他の都合により、献立の変更や食材を変更することがあります。

曜日	献立名	赤の食品 (血や肉、骨を伴る)	黄の食品 (熱やかくなる)	緑の食品 (卵の膜子を履える)	調味料	欠食
10日	牛乳	牛乳				
	黒米ごはん		米 麦 黒米			
	イナムドッチ	豚肉 白かまぼこ 白みそ(大豆) 日口みそ(大豆)		冬瓜 こんにゃく 椎茸 生 姜 ねぎ	豚骨 かつお節 塩	小学1年生 欠食
	魚のシークワサー ソースかけ	さば	三温糖 でん粉	シークワサー	塩 濃口醤油(小麦 大豆)	
	青菜と白菜の和え物	チキアギ(大豆) 糸削り	三温糖	小松菜 白菜 胡瓜 人参	濃口醤油 酢(小麦)	
桜餅	小豆	もち米 麦芽糖 砂糖 水あめ	桜葉	塩		
11日	牛乳	牛乳				
	ミネストローネ	ベーコン(豚 大豆)	マカロニ(小麦) ジャガイモ	人参 玉ねぎ セロリー トマト しめじ にんにく	トマトピューレ 豚骨 鶏骨 塩 こしょう	
	[セルフサンド] パッカーハウスパン		パン(小麦・乳・大豆)		イースト	
	照り焼きチキン	鶏肉	三温糖 はちみつ でん粉		塩 白ワイン 濃口醤油 みりん	
12日	サンド用サラダ		ノンエッグマヨネーズ (大豆 りんご) 三温糖	人参 キャベツ 胡瓜 コーン 白菜	酢 塩 こしょう	
12日	牛乳	牛乳				
	大豆入り炊き込みご飯	ひじき 塩あげ(大豆) 大豆 豚肉	米 麦 大豆油		かつお節 フイヨン(鶏) 濃口醤油 薄口醤油(小麦 大豆) 酒 塩 みりん	
	五目卵焼き	卵	でん粉 砂糖 種牧油	人参 グリンピース コーン たけのこ 椎茸	醤油(小麦 大豆) 塩 だし汁(小麦 大豆)	
	大根とわかめの酢の物	しらすほし わかめ	三温糖	人参 胡瓜 シークワサー 大根	酢 塩	
13日	牛乳	牛乳				
	麦ご飯		米 麦			
	冬瓜のカレー煮	豚肉 厚揚げ(大豆)	三温糖 でん粉	人参 玉ねぎ 椎茸 こんにゃく 冬瓜 絹さや	かつお節 カレー粉 濃口醤油 薄口醤油 みりん 酒 塩	
	魚の生姜焼き	さんま	三温糖 でん粉	生姜	濃口醤油 みりん 塩	
	14日	黄桃			黄桃	

曜日	献立名	赤の食品 (血や肉、骨を伴る)	黄の食品 (熱やかくなる)	緑の食品 (卵の膜子を履える)	調味料	欠食
16日	牛乳	牛乳				
	五目雑炊	鶏肉 ツナ	米 麦	人参 しめじ 玉ねぎ 椎茸 白菜 ねぎ 生姜	かつお節 鶏骨 豚骨 薄口醤油 塩	
	紅芋の黄な粉かけ	黄な粉(大豆)	紅芋 はったい粉 黒糖 グラニュー糖 などね油			
	もやしとニラ炒め	豚肉 厚揚げ(大豆)	ごま油	もやし にんにく 生姜 玉葱 人参 木目 にら	酒 濃口醤油 みりん 塩	
17日	くだもの			ブルーベリー		
17日	牛乳	牛乳				
	麦ご飯		米 麦			
	鶏肉とじゃが芋のうま煮	鶏肉 塩あげ(大豆)	じゃが芋 三温糖	人参 玉ねぎ 椎茸 赤こんにゃく 長ねぎ	かつお節 薄口醤油 濃口醤油 みりん 酒 塩	
	ヒジキと野菜の豆腐あげ	鶏肉すり身 豆腐(大豆) ひじき 大豆 卵	種牧油 砂糖 でん粉(小麦)	人参 枝豆(大豆) 玉ねぎ	塩	
18日	菜の花の和え物	ツナ 糸削り	三温糖	菜の花 コーン 白菜 胡瓜 人参	濃口醤油 酢 塩	
18日 県下り 献立	牛乳	牛乳				
	クファジュース	豚肉 大豆 ちきあぎ(大豆) 豚肉	米 麦 大豆油		人参 ねぎ 椎茸	濃口醤油 薄口醤油 フイヨン(鶏) 豚骨 かつお節 みりん 酒 塩
	揚げ豆腐の調味ソース かけ	豆腐(大豆)	なたね油 三温糖 ごま油 でん粉	長ねぎ 生姜	濃口醤油 酒 みりん 酢	
	塩こんぶ和え	塩こんぶ(小麦 大豆) しらすほし	ごま油 三温糖	人参 大根 キャベツ きゅうり	濃口醤油 酢	
	3月菓子	卵	小麦粉 砂糖	シークワサー果汁	塩	
19日	牛乳	牛乳				
	セルフ牛丼] 麦ご飯		米 麦			
	牛丼(具)	牛肉	大豆油 三温糖	椎茸 玉ねぎ 人参 竹の子 ピーマン こんにゃく	酒 濃口醤油 みりん 塩 かつお節	
20日	長ねぎの味噌汁	わかめ 味噌(大豆) あじ(大豆) 白みそ(大豆)	甲子	白菜 もやし 人参 えのき 長ねぎ	かつお節 だし醤油 塩	
20日	大根の梅あえ		三温糖	大根 小松菜 人参 きゅうり 梅	酢 塩	
20日	牛乳	牛乳				
	コッペパン		パン(小麦 乳 大豆)			
	春キャベツのスープ	鶏肉 ベーコン(豚 大豆) 白たまペースト	じゃが芋	人参 しめじ キャベツ パセリ 玉ねぎ	豚骨 鶏骨 塩 こしょう	
21日	オムレツのミートかけ	豚肉 卵 セラチン 大豆	三温糖 でん粉 大豆油	玉葱 人参	ケチャップ 塩 ミートソース(小麦 豚 大豆) ウスターソース(大豆 りんご)	
22日	豆サラダ	ミックスビーンズ 白いんげん 絹さきみ	オリーブ油 三温糖	人参 青豆(大豆) 筍 大根 コーン シークワサー	濃口醤油 酢 塩	
23日	牛乳	牛乳				
	ケチャップライス	鶏肉 ベーコン(豚 大豆)	米 麦 大豆油	人参 木目 マッシュルーム 玉葱 パセリ	バター(乳) ケチャップ トマトソース(大豆) 塩 トマトジュース フイヨン(鶏)	
	魚の花園焼き	ホキ チーズ(乳)	ノンエッグマヨネーズ (大豆 りんご)	ピーマン 赤ピーマン 黄色ピーマン	塩 こしょう	
	白菜と胡瓜のサラダ	絹さきみ	オリーブ油 三温糖	胡瓜 小松菜 人参 白菜 大根 シークワサー	酢 塩	
24日	くだもの			くだもの		

曜日	献立名	赤の食品 (肉や魚、骨を伴る)	緑の食品 (熱ゆかになる)	緑の食品 (体の調子を整える)	調味料	欠食
24日	牛乳	牛乳				
	麦ご飯		米 麦			
	麻婆豆腐	豆腐(大豆) 豚肉 鶏みそ(大豆) 赤みそ(大豆)	大豆 味噌 小麦粉 小麦胚芽	人参 玉ねぎ 木目 椎茸 生姜 こんにゃく たらこ	行成園 酢 醤油 クチャップ 塩	
	春巻き	大豆 豚肉 卵 鶏肉 せらチン	ラード 醤油 砂糖 小麦粉 小麦胚芽 小麦粉 なたね油	竹の子 キヤベツ 人参 椎茸 生姜 こんにゃく りんご	醤油 がらスープ	
(火)	中華あえ	ささみチヤンク	三温糖 小麦胚芽	人参 大根 絹豆腐 ザーサイ(大豆) 小松菜	薄口醤油 酢	
25日	牛乳	牛乳				
	ゆかりご飯		米 麦			ゆかり粉
	春のすまし汁	あさり 豆腐(大豆) 白かまぼこ		えのき 生姜 みつば きく	かつお節 だし昆布 薄口醤油 塩	
	まぐろのみそ焼き	まぐろ 甘口みそ(大豆) 白みそ(大豆)	三温糖	生姜 ねぎ	酒 塩 みりん	
(水)	ひじきの炒め煮	ひじき 豚肉 大豆 ちきあぎ(大豆)	大豆 味噌	人参 切干大根 こんにゃく	薄口醤油 みりん 塩 花かつお ブイヨン (鶏 豚)	
26日	牛乳	牛乳				
	和風スパゲティ	ベーコン(豚 大豆) 鶏肉	スパゲティ(小麦) オリーブ油 大豆油	人参 玉ねぎ マッシュルーム しめじ えのき 椎茸 ピーマン こんにゃく	薄口醤油 塩 こしょう ブイヨン (鶏 豚)	
	子持ちししゃもフライ	からふとししゃも 大豆	小麦粉 パン粉 なたね油	生姜		
(木)	薄瓜とアーモンドのサラダ	ハム(豚 鶏 大豆)	アーモンド 三温糖 ノンエッグ マヨネーズ(大豆 りんご)	南瓜 人参 葱 豆腐(大豆)	酢 塩	
27日	牛乳	牛乳				
	麦ご飯		米 麦			
	わかめスープ	鶏肉 わかめ 豆腐(大豆)	でん粉 小麦胚芽	人参 コーン 冬瓜 長ねぎ 椎茸	かつお節 醤油 薄口醤油 塩	
	チャプチェ	豚肉	醤油 小麦胚芽 三温糖	生姜 こんにゃく しめじ 人参 玉ねぎ たら キヤベツ 白菜千切(大豆) 小松菜	酒 コチュジャン(大豆) 薄口醤油 みりん 塩	
(金)	みつ豆フルーツ	黒豆(大豆) 寒天	カラフル豆(大豆) 三温糖	みかん 布 もも布 バイン 缶 シークワーサー		涼期小欠食

楽しい給食

マナーは大丈夫？

◆ 手はきれいに洗った？

◆ はしは正しく持っている？

◆ 食器の並べ方はOK？

◆ 食事のあいさつはしたかな？

おいしい給食をみんなで楽しく食べましょう

平成30年度 学校給食が始まります！

くだもの・デザート
三月菓子・柏餅などの行事や季節の果物を取り入れます。

牛乳
毎日です。
県産牛乳100パーセントです。

主食
ごはん(週3~4)
パン(週1) 麺(週1) 予定です。

おかず
食品構成に基づき、季節の食品・地場産物を取り入れ、多くの食品を組み合わせて献立を作ります。

小学生

4月 学校給食予定(アレルギー詳細)献立表

1. 予定(アレルギー詳細)献立表は、食品衛生法に定められている27品目を表示しています。

特定原材料(表示義務)7品目		特定原材料に準ずる(表示の推奨)20品目	
卵 乳 小麦 そば 落花生 えび かに	あわび いか いくら さけ さば 牛肉 鶏肉 豚肉 ゼラチン 大豆 ごま くるみ カシューナッツ オレンジ キウイフルーツ バナナ もも りんご まつたけ やまいも		

2. 献立名の黒丸印(●)は、食物アレルギー除去食対応児童生徒へ除去食の提供があります。カッコ内の食品は対応アレルギーを表示しています。

※ 沖縄市立学校給食センターで除去食を対応しているアレルギーは下記の7品目です。除去食の提供はこのアレルギー7品目を含まない食べ物(サラダ・フルーツ和えを含む)・炒め物・煮物(カレー・シチュー・麺類を含む)・汁物です。

除去食対応アレルギー7品目	卵 乳(乳製品) えび かに いか たこ ごま しらす・ちりめん・かえりは、えび・かにかとして除去対象外となります。

3. 加工食品に関しては、原材料や調味料ではなく、アレルギーのみを表示している場合もあります。

4. しょうゆは(小麦・大豆)、酢・特濃酢は(小麦)の成分を含んでいます。月はじめて使用した日のみ、アレルギーを表示しています。

その日以降は表示はしていませんがアレルギーは同じです。

5. 海藻類(あおか、もずく、ひじき)、しらすやチリメン、カエリなどは、えび・かにかに混ぜる漁法で採取されていることから、「えび・かにか」が混合することがあります。

6. あさりには「かに」が共生しています。

7. 天候やその他の都合により、献立の変更や食材を変更することがあります。

曜日	献立名	赤の食品 (血や肉、骨を作る)	黄の食品 (熱や力になる)	緑の食品 (体の調子を整える)	調味料	欠食
10日	牛乳	牛乳				
	黒米ごはん		米 麦 黒米			
	イナムドッチ	豚肉 白かまぼこ 白みそ(大豆) 甘口みそ(大豆)		冬瓜 こんにゃく 椎茸 生 養 ねぎ	豚骨 かつお節 塩	
	魚のシークワサー ソースがけ	さば	三温糖 でん粉	シークワサー果汁	塩 濃口醤油(小麦 大豆)	
	蕎麦と白菜の和え物	チキアギ(大豆) 糸削り	三温糖	小松菜 白菜 胡瓜 人参	濃口醤油 酢(小麦)	
(火) 桜餅	小豆	もち米 麦芽糖 砂糖 水あめ	桜葉	塩		
11日	牛乳	牛乳				
	ミネストローネ	ベーコン(豚 大豆)	マカロニ(小麦) ジャガ芋	人参 玉ねぎ セロリー トマト しめじ にんにく	トマトビュレ 砂糖 鶏骨 塩 こしょう	
	[セルフサンド]		パン(小麦・乳・大豆)		イースト	
	パックハウスパン					
	照り焼きチキン	鶏肉	三温糖 はちみつ でん粉		塩 白ワイン 濃口醤油 みりん	
(水) サンド用サラダ		ノンエッグマヨネーズ 大豆 りんご 三温糖	人参 キャベツ 胡瓜 コーン 白菜	酢 塩 こしょう		
12日	牛乳	牛乳				
	大豆入り炊き込みご飯	ひじき 油あげ(大豆) 大豆 豚肉	米 麦 大豆症	ごぼう 椎茸 人参 ねぎ	かつお節 ブイヨン(鶏) 濃口醤油 濃口醤油(小麦 大豆) 塩 塩 みりん	
	五目卵焼き	卵	でん粉 砂糖 植物油	人参 グリンピース コーン だし汁(小麦 大豆)	醤油(小麦 大豆) 塩 だし汁(小麦 大豆)	
	大根とわかめの酢の物	大根 しらすほし わかめ	三温糖	人参 胡瓜 シークワサー	酢 塩	
	(木) くだもの			くだもの		
13日	牛乳	牛乳				
	麦ご飯		米 麦			
	冬瓜のカレー煮	豚肉 厚揚げ(大豆)	三温糖 でん粉	人参 玉ねぎ 椎茸 こんにゃく 冬瓜 胡瓜	かつお節 カレー粉 濃口醤油 濃口醤油 みりん 酒 塩	
	魚の生姜焼き	さんま	三温糖 でん粉	生姜	濃口醤油 みりん 酒	
	(金) 黄桃			黄桃		

曜日	献立名	赤の食品 (血や肉、骨を作る)	黄の食品 (熱や力になる)	緑の食品 (体の調子を整える)	調味料	欠食
16日	牛乳	牛乳				
	五目雑炊	鶏肉 ツナ	米 麦	人参 しめじ 玉ねぎ 椎茸 白菜 ねぎ 生姜	かつお節 鶏骨 豚骨 濃口醤油 塩	
	紅芋の饅頭粉がけ	饅頭粉(大豆)		紅芋 ほったい粉 黒糖 グラニュー糖 なたね油		
(月) ちやしとららの 炒めもの	豚肉 厚揚げ(大豆)		ごま油	もやし にんにく 生姜 玉葱 人参 木耳 くら	酒 濃口醤油 みりん 塩	
17日	牛乳	牛乳				
	麦ご飯		米 麦			
	鶏肉とじゃが芋のうま煮	鶏肉 油あげ(大豆)		じゃが芋 三温糖	人参 玉ねぎ 椎茸 赤こんにゃく 長ねぎ	花かつお 濃口醤油 濃口醤油 みりん 酒 塩
(火) ヒジキと野菜の豆腐あけ	魚肉すり身 豆腐(大豆) ひじき 大豆 卵		植物油 砂糖 でん粉(小麦)	人参 枝那(大豆) 玉ねぎ	塩	
菜の花の和え物	ツナ 糸削り		三温糖	菜の花 コーン 白菜 胡瓜 人参	濃口醤油 酢 塩	
18日 浜下り 献立	牛乳	牛乳				
	クファシューシー	昆布 大豆 ちきあぎ(大豆) 豚肉		米 麦 大豆油	人参 ねぎ 椎茸	濃口醤油 濃口醤油 ブイヨン(鶏 豚) かつお節 みりん 酒 塩
	揚げ豆腐の薬味ソース がけ	豆腐(大豆)		なたね油 三温糖 ごま油 でん粉	長ねぎ 生姜	濃口醤油 酒 みりん 酢
	塩こんぶ和え	塩こんぶ(小麦 大豆) しらすほし		ごま油 三温糖	人参 大根 キャベツ きゅうり	濃口醤油 酢
	三月菓子	卵		小麦粉 砂糖	シークワサー果汁	塩
(水) びわ(特別提供)のみ	カ 沖縄県で唯一びわが栽培されている沖縄市。JA沖縄より沖縄市産のびわの順價提供があります。カ					
19日	牛乳	牛乳				
	[セルフ牛丼] 麦ご飯		米 麦			
	牛丼(具)	牛肉	大豆油 三温糖	椎茸 玉ねぎ 人参 竹の子 ピーマン こんにゃく	酒 濃口醤油 みりん 塩 かつお節	
	長ねぎの豚汁	わかめ 油揚げ(大豆) 煮みそ(大豆) 白みそ(大豆)		糟糠	白菜 もやし 人参 スのき 長ねぎ	かつお節 だし昆布 塩
(木) 大根の梅あえ			三温糖	大根 小松菜 人参 きゅうり 梅	酢 塩	
20日	牛乳	牛乳				
	コッペパン		パン(小麦 乳 大豆)			
	春キャベツのスープ	鶏肉 ベーコン(豚 大豆) 白花豆ペースト		じゃが芋	人参 しめじ キャベツ パセリ 玉ねぎ	豚骨 鶏骨 塩 こしょう
(金) オムレツのミートがけ	豚肉 卵 ゼラチン 大豆		三温糖 でん粉 大豆油	玉葱 人参	ケチャップ 塩 ミートソース(小麦 豚 大豆) ウスターソース(大豆 りんご)	
豆サラダ	ミックスビーンズ 白いんげん 種さきみ		オリーブ油 三温糖	人参 青豆(大豆) 胡瓜 大根 コーン シークワサー	濃口醤油 酢 塩	
23日	牛乳	牛乳				
	ケチャップライス	鶏肉 ベーコン(豚 大豆)		米 麦 大豆油	人参 木目 マッシュルーム 玉葱 パセリ	パプリカ粉 ケチャップ トマトソース(大豆) 塩 トマトジュース ブイヨン(鶏)
	魚の花園焼き	ホキ チーズ(乳)		ノンエッグマヨネーズ (大豆 りんご)	ピーマン 赤ピーマン 黄色ピーマン	塩 こしょう
(月) 白菜と胡瓜のサラダ	種さきみ		オリーブ油 三温糖	胡瓜 小松菜 人参 白菜 大根 シークワサー	酢 塩	

曜日	献立名	卵の食品 (卵や肉、骨を作る)	魚の食品 (熱や力になる)	緑の食品 (体の調子を整える)	調味料	欠食
24日	牛乳	牛乳				
	麦ご飯		米 麦			
	麻婆豆腐	豆腐(大豆) 豚肉 菜みそ(大豆) 菜みそ(大豆)	大豆油 でん粉 ごま油	人参 玉ねぎ 木目 椎茸 生姜 にんにく たら	豆板醤 豚骨 ケチャップ 塩	
(火)	春巻き	豚肉 鶏肉 大豆	大豆油 ごま油 醤油 小麦粉 でん粉 砂糖 ショートニング などね油	竹の子 もやし 人参 玉ねぎ キャベツ 木目 椎茸 生姜	醤油 ほたて貝エキス オイスターソース 塩	
	中華あえ	ささみチヤンク	三温糖 ごま油	人参 大根 豆腐 ザーサイ(大豆) 小松菜	漬口醤油 酢	
25日	牛乳	牛乳				
	ゆかりご飯		米 麦			
	香のすまし汁	あさり 豆腐(大豆) 白かまぼこ		えのき 生姜 みつば きく	かつお節 だし昆布 薄口醤油 塩	
(水)	まぐろのみそ漬き	まぐろ かつおみそ(大豆) 白みそ(大豆)	三温糖	生姜 ねぎ	塩 塩 みりん	
	ひじきの炒め煮	ひじき 豚肉 大豆 ちきり菜(大豆)	大豆油	人参 切干大根 こんにゃく	薄口醤油 みりん 塩 かつお節 ブイヨン (鶏 豚)	
26日	牛乳	牛乳				
	和風スパゲティ	ベーコン(豚 大豆) 鶏肉	スパゲティ(小麦)オリーブ油 大豆油	人参 玉ねぎ マッシュルーム しめじ えのき 椎茸 ピーマン にんにく	薄口醤油 塩 こしょう ブイヨン (鶏)	
	子持ちししゃもフライ	からふとししゃも 大豆	小麦粉 (パン粉(小麦 大豆) などね油 でん粉(小麦))			
(木)	南田とアーモンドのサラダ	ハム(豚 鶏 大豆)	アーモンド 三温糖 ノンエッグ マヨネーズ(大豆) りんご	醤油 人参 豆腐 青豆(大豆)	酢 塩	
27日	牛乳	牛乳				
	麦ご飯		米 麦			
	わかめスープ	鶏肉 わかめ 豆腐(大豆)	でん粉 ごま油	人参 椎茸 コーン 冬瓜 長ねぎ	かつお節 醤油 薄口醤油 塩	海苔小欠食
(金)	チャプチェ	豚肉	醤油 ごま油 三温糖	生姜 にんにく しめじ 人参 玉ねぎ たら キャベツ 白菜千切(大豆) 小麦)	醤油 コチュジャン(大豆) 薄口醤油 みりん 塩	
	みつ豆フルーツ	黒豆 (大豆) 寒天	カラフル豆(大豆) 三温糖	みかん缶 もも缶 バイン缶 シークワーサー		

楽しい給食

マナーは大丈夫？

- ◆ 手はきれいに洗った？
- ◆ はしは正しく持っている？
- ◆ 食器の並べ方はOK？
- ◆ 食事のあいさつはしたかな？

おいしい給食をみんなで楽しく食べましょう

平成30年度 学校給食が始まります！

沖縄市産びわ(特別提供)♪

沖縄市は2008年に県よりびわの拠点産地に指定されました。主に県外に出荷されることが多いのですが、県外のハウス栽培とは違い、露地栽培しているのでもみみに違いがあるようです。市内には現在15農家さんがびわを生産しています。

「ぜひ、今年は、味も形もいい高品質のびわがとれたので子供たちにも」という事で、JA沖縄さんより特別に無償提供して頂きました！今回は中学校のみの提供になりますが、農家さんが丹精込めて作ったびわをぜひ、ご賞味あれ！

中学校