

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 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ゲンを表示しています。

※ 沖繩市立学校給食センターで除去食を対応しているアレルゲンは下記の6品目です。除去食の提供はこのアレルゲン6品目を含む副菜(和え物・サラダ類など)です。

| 除去食対応アレルゲン6品目 | 卵 乳(乳製品) えび かに いか たこ(※しらす・ちりめん・カエリは、「えび・かに」として除去対象です。) |
|---------------|--|
|---------------|--|

3. 加工食品に関しては、原材料や調味料ではなく、アレルゲン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、アレルゲンを表示しています。その日以降は表示はしていませんがアレルゲンは同じです。

5. 海藻類(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 |
|------------|---------------|------------------------------------|------------------------------------|--------------------------|--|--------|
| 1日 (水) | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | 麦ごはん | | 米 麦 | | | |
| | わかめのみそ汁 | わかめ 油揚げ(大豆) 豆腐(大豆) 甘みそ(大豆) 麦みそ(大豆) | | 冬瓜 | かつお節 | |
| | きのこ野菜炒め | ツナ | 米油 | しめじ エリンギ 人参 キヤベツ かし菜 玉葱 | 濃口醤油(大豆・小麦) みりん 塩 | |
| 2日 (木) | 鯖の照焼 | 鯖 | 三温糖 | 生姜 | 濃口醤油 みりん 酒 | |
| | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | チャーハン | 豚肉 | 米 麦 米油 ごま油(大豆) | 人参 玉葱 エリンギ ピーマン 赤ピーマン ねぎ | かつお節 チキン(卵) 濃口醤油 酒 塩 | |
| | もやし中華和え | 基ワカメ ハム(豚・鶏・大豆) | 三温糖 ごま油(大豆) | もやし 人参 きゅうり | 濃口醤油 米酢 | |
| 3日 (金) | 春巻 | 春巻(小麦・大豆・鶏・豚・ごま・セラチン) 菜種油 | | | | |
| | くだもの | | | くだもの | | |
| | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | 麦ごはん | | 米 麦 | | | |
| 6日 (月) | もずくスープ | あさり チキアギ(大豆) もずく | | 冬瓜 竹の子 生姜 | かつお節 鶏骨 濃口醤油 塩 | |
| | タコライス用サラダ | | | キャベツ 赤ピーマン コーン | | |
| | タコミート | 牛肉 豚肉 大豆 | 三温糖 米油 | 人参 玉葱 にんにく トマト | 赤ワイン 塩 ハブ(粉) 粉チリパウダー ケチャップ チリソース(小麦・乳・豚) サルサホモド(牛・豚・セラチン) | 中学校 |
| | チーズ | チーズ(乳) | | | | |
| 7日 (火) | くだもの | | | くだもの | | |
| | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | 楠肉入り炊き込みごはん | 豚肉 | 米 麦 米油 ごま | 人参 椎茸 大根 長ねぎ 梅 | かつお節 濃口醤油 みりん 酒 ゆかり粉 塩 | |
| | ひじきと青菜の和え物 | ひじき ツナ | 三温糖 | きゅうり 人参 モーウィ 小松菜 シークワーサー | 濃口醤油 米酢 | |
| 8日 (水) | 鮭の塩こうじ焼き | 鮭 | | | 塩麹 | |
| | くだもの(中) | | | くだもの | | |
| | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | あみパン | | パン(小麦・乳・大豆) | | | |
| 9日 (木) | パンプキンスープ | 脱脂粉乳 | じゃが芋 小麦粉 マーガリン(乳・大豆・豚) 米油 生クリーム(乳) | 人参 玉葱 南瓜 しめじ | 鶏骨 塩 こしょう | |
| | 豆と野菜のサラダ | レッドキドニー 白いんげん ハム(豚・鶏・大豆) | 三温糖 オリーブ油 | 青豆 きゅうり キヤベツ シークワーサー | 米酢 塩 | |
| | チキンのトマトソースかけ | 鶏肉 | でん粉 三温糖 | トマト | 塩 こしょう ガーリックパウダー トマトソース(大豆) ケチャップ チキン(卵) サルサホモド(牛・豚・セラチン) クスターソース(大豆・りんご) 濃口醤油 | |
| | くだもの | | | くだもの | | |
| 10日 (金) | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | 赤飯 | あずき | 米 もち米 黒米 | | | |
| | シカムドウチ | 豚肉 黄色かまぼこ | | 冬瓜 椎茸 こんにゃく 生姜 ねぎ | だし昆布 かつお節 塩 濃口醤油 | |
| | 野菜炒め | 厚揚げ(大豆) ツナ | 米油 | 人参 玉葱 キヤベツ にがうり もやし 小松菜 | 濃口醤油 みりん 塩 | |
| 10日 (金) | 芋くじアンダギー | | 紅芋 もち粉 砂糖 菜種油 | | | |
| | アーモンドミニフィッシュ | カタクチイワシ | アーモンド 砂糖 でん粉 ごま | | 塩 | |
| | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | 沖繩そば | 豚肉 | そば(小麦・大豆) | キャベツ 玉葱 もやし 人参 木耳 ねぎ | 酒 濃口醤油 みりん 豚骨 かつお節 塩 | 高原小6年 |
| 10日 (金) | 青菜のコマ和え | 鶏ささみ | 三温糖 ねりごま | 小松菜 モーウィ 人参 きゅうり | 濃口醤油 米酢 塩 | |
| | しやものシークワーサー焼き | しやも | | シークワーサー | 塩 こしょう | |
| | あまがし | 金時豆 緑豆 | 麦 三温糖 黒糖 | | 塩 | |
| | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| 10日 (金) | 中華おこわ | 鶏肉 あさり ひよこ豆 | 米 もち米 麦 ごま油(大豆) 米油 | 木耳 人参 竹の子 エリンギ 長ねぎ | かつお節 濃口醤油 みりん 酒 塩 | 比屋根小5年 |
| | 野菜の中華和え | ハム(豚・鶏・大豆) 錦糸卵 | ごま 三温糖 ごま油(大豆) | 人参 きゅうり モーウィ | 米酢 濃口醤油 | |
| | 厚揚げの甘酢あんかけ | 厚揚げ(大豆) | 三温糖 でん粉 | | かつお節 濃口醤油 みりん ケチャップ 米酢 | |

| 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 |
|------------|-------------------------|--------------------------------|---------------------------|----------------------------------|---|---------------|
| 13日 (月) | 牛乳 | 牛乳 | | | | 比屋根小5年 泡瀬小 |
| | 麦ごはん | | 米 麦 | | | |
| | アーサ汁 | アーサ 白かまぼこ(大豆) ゆし豆腐(大豆) | | 冬瓜 生姜 | かつお節 だし昆布 薄口醤油 塩 | |
| | フーイリチー | 豚肉 | 麩(小麦) 米油 | 人参 キヤベツ もやし 玉葱 ニラ | 濃口醤油 塩 | |
| | グルクンのもずくあんかけ くだもの(中) | グルクン もずく | 三温糖 でん粉 | ピーマン 赤ピーマン 玉葱 えのき くだもの | 濃口醤油 みりん 酒 かつお節 | |
| 14日 (火) | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | 麦ごはん | | 米 麦 | | | |
| | キーマカレー | 豚肉 鶏肉 大豆 | じゃが芋 小麦粉 マーガリン(乳・大豆・豚) 米油 | 人参 玉葱 南瓜 ピーマン にんにく トマト | 塩 赤ワイン カレー粉 チャツネ(りんご) ドラカレ(小麦・牛・豚・大豆・りんご) 豚骨 鶏骨 ウスターソース(大豆) | |
| | ゆで枝豆 | | | 枝豆 | | |
| | ゆで卵 くだもの(小) | 卵 | | | くだもの | |
| 15日 (水) | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | 煮込みうどん | 豚肉 なた(大豆) 油揚げ(大豆) | うどん(小麦) 米油 | 生姜 人参 白菜 竹の子 椎茸 長ねぎ | かつお節 だし昆布 濃口醤油 塩 みりん | |
| | おかか和え | 糸削り | 三温糖 | 人参 モーウィ キゅうり 小松菜 シークワーサー | 濃口醤油 塩 米酢 | |
| | きびなごの磯揚げ アーモンド | きびなご 青のり | 小麦粉 でん粉 菜種油 アーモンド | | 塩 | |
| | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| 16日 (木) | 麦ごはん | | 米 麦 | | | |
| | あさりどわかめのスープ | あさり わかめ | ごま | 人参 しめじ えのき 長ねぎ | 鶏骨 かつお節 酒 薄口醤油 塩 | |
| | ピビンバ炒め | 豚肉 牛肉 大豆 赤みそ(大豆) | 三温糖 米油 | 玉葱 小松菜 エリンギ 赤ピーマン コーン 木耳 にんにく 生姜 | 濃口醤油 みりん 豆板醤 塩 酒 | |
| | ヤンニョムチキン | 鶏肉 | でん粉 三温糖 ごま油(大豆) | にんにく | 塩 こしょう コチジャン(大豆) ケチャップ みりん チキンアイソ | |
| | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| 17日 (金) | シューシー | 豚肉 ひよこ豆 大豆 | 米 麦 米油 | 椎茸 竹の子 人参 ねぎ | かつお節 濃口醤油 塩 みりん 酒 | |
| | ウサチー | ひじき ツナ | 三温糖 | きゅうり 人参 モーウィ シークワーサー | 米酢 ゆかり粉 | |
| | わかめと豆腐の寄せあんかけ くだもの | わかめと豆腐の寄せ(大豆) | 三温糖 でん粉 | | かつお節 濃口醤油 みりん | |
| | 牛乳 | 牛乳 | | | くだもの | |
| | 中華ピラフ | 鶏肉 ハム(豚・鶏・大豆) | 米 麦 米油 ごま油(大豆) ごま | 人参 ピーマン 黄ピーマン 木耳 長ねぎ | かつお節 薄口醤油 みりん 酒 塩 | |
| 20日 (月) | ●野菜のキムチ和え(イカ) | 鶏系卵 | 三温糖 | 人参 もやし 小松菜 | 米酢 キムチの素(りんご・いか・大豆) 塩 | 美東小4年 |
| | 焼売 | 焼売(豚・小麦) | | | | |
| | くだもの | | | | くだもの | |
| | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | 麦ごはん | | 米 麦 | | | |
| 21日 (火) | 豆腐のみそ汁 | 豆腐(大豆) 油揚げ(大豆) 赤みそ(大豆) 白みそ(大豆) | | 冬瓜 椎茸 こんにゃく ねぎ | かつお節 | |
| | ひじき炒め | ひじき 豚肉 大豆 | 米油 | 人参 切干大根 キヤベツ ニラ | 濃口醤油 みりん 塩 | |
| | ホキの梅ソースかけ | ホキ | 三温糖 でん粉 | 梅 生姜 | 濃口醤油 みりん かつお節 | |
| | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | カンダバーシューシー | 豚肉 赤みそ(大豆) | 米 麦 米油 | 人参 椎茸 冬瓜 カンダバー | だし昆布 かつお節 塩 濃口醤油 | |
| 22日 (水) | 切干大根の和え物 | 糸削り | 三温糖 | 切干大根 きゅうり 小松菜 人参 | 米酢 塩 ゆかり粉 | |
| | 焼き芋 | | さつまいも 米油 | | | |
| | くだもの | | | | くだもの | |
| | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | 食パン | | パン(小麦・乳・大豆) | | | |
| 24日 (金) | ベジタブルスープ | 鶏肉 | じゃが芋 でん粉 | 人参 冬瓜 セロリ キヤベツ フロコリー | 豚骨 鶏骨 塩 こしょう 薄口醤油 | 美東中 泡瀬小4年 |
| | 海藻サラダ | 海藻 ツナ シークラスタル(大豆) | 三温糖 オリーブ油 | 人参 小松菜 きゅうり モーウィ ぼんだま シークワーサー | 米酢 濃口醤油 塩 | |
| | ミートソース | 豚肉 牛肉 大豆 | 三温糖 米油 | 玉葱 人参 トマト ピーマン にんにく パジル | 赤ワイン 塩 ケチャップ トマトソース(大豆) チキンアイソ | |
| | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | 麦ごはん | | 米 麦 | | | |
| 27日 (月) | 冬瓜のすまし汁 | 白かまぼこ(大豆) | | 冬瓜 椎茸 ねぎ こんにゃく | だし昆布 かつお節 塩 濃口醤油 酒 | 高原小5.年 |
| | ナーベランプシー | 豆腐(大豆) 豚肉 赤みそ(大豆) 甘みそ(大豆) | 米油 三温糖 でん粉 | へちま 人参 えのき ニラ | みりん | |
| | さんまの生姜焼 | さんま | 三温糖 でん粉 | 生姜 | 濃口醤油 みりん 酒 かつお節 | |
| | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | コッペパン | | パン(小麦・乳・大豆) | | | |
| 28日 (火) | トマトと魚のスープ | 白身魚 白いんげん | じゃが芋 | 人参 玉葱 マッシュルーム セロリ トマト | ケチャップ トマトビュレ 豚骨 鶏骨 塩 | 高原小5.年 |
| | にんにくの芽ソテー | 豚肉 | 米油 マーガリン(乳・大豆・豚) でん粉 | にんにくの芽 人参 キヤベツ しめじ 玉葱 | 塩 こしょう | |
| | はちみつ | | はちみつ | | | |
| | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | ひじきごはん | ひじき 豚肉 油揚げ(大豆) | 米 麦 米油 | 椎茸 ごぼう 人参 ねぎ | かつお節 濃口醤油 みりん 酒 塩 | |
| 29日 (水) | 野菜の梅肉和え | 鶏ささみ 糸削り | 三温糖 | 小松菜 モーウィ 人参 きゅうり もやし 切干大根 梅 | 米酢 塩 | |
| | 玉子と豆腐のしんじょ | 玉子と豆腐のしんじょ(卵・小麦・えび・かに・大豆) | 三温糖 でん粉 | | かつお節 濃口醤油 みりん | |
| | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | コーンラーメン | 豚肉 なた(大豆) | ラーメン(小麦・大豆) 米油 | コーン 人参 玉葱 長ねぎ 木耳 にんにく 生姜 | 濃口醤油 酒 みりん かつお節 塩 豚骨 鶏骨 | |
| | パンウースー | ハム(豚・鶏・大豆) | 春雨 ごま 三温糖 ごま油(大豆) | 人参 小松菜 もやし | 濃口醤油 米酢 塩 | |
| 30日 (木) | しそ巻餃子 | しそ巻餃子(卵・乳・豚・鶏・大豆・セラーチン・小麦・ごま) | | | | 美東小6年 |
| | くだもの | | | | くだもの | |

平成28年度

6月 学校給食予定(アレルギー詳細)献立表

沖縄市立学校給食センター
沖縄市立第三調理場
TEL:098-989-1324

比屋根幼小・高原小

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。

Table with 2 columns: 特定原材料(表示義務)7品目 and 特定原材料に準ずる(表示の推奨)20品目. Lists ingredients like 卵, 小麦, そば, etc.

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6品目です。除去食の提供はこのアレルギー6品目を含む副菜(和え物・サラダ類など)です。

除去食対応アレルギー6品目: 卵, 乳(乳製品), えび, かに, いか, たこ(※しらす・ちりめん・カエリは、「えび・かに」として除去対象です。)

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。

Main menu table with columns: 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. Includes daily menu items and allergen information.

| 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 |
|-------------|-------------------------|------------------------------------|---------------------------------|-------------------------------------|---|------------------|
| 13日 (月) | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | 麦ごはん | | 米 麦 | | | |
| | アーサ汁 | アーサ 白かまぼこ(大豆) ゆし豆腐(大豆) | | | 冬瓜 生姜 | かつお節 だし昆布 薄口醤油 塩 |
| | フーイリチー | 豚肉 | 麩(小麦) 米油 | 人参 キヤベツ もやし 玉葱 ニラ | 濃口醤油 塩 | 比屋根小5年 泡瀬小 |
| | グルクンのもずくあんかけ くだもの(中) | グルクン もずく | 三温糖 でん粉 | ピーマン 赤ピーマン 玉葱 えのき くだもの | 濃口醤油 みりん 酒 かつお節 | |
| 14日 (火) | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | 麦ごはん | | 米 麦 | | | |
| | キーマカレー | 豚肉 鶏肉 大豆 | じゃが芋 小麦粉 マーガリン(乳・大豆・豚) 米油 | 人参 玉葱 南瓜 ピーマン にんにく トマト | 塩 赤ワイン カレー粉 チャツネ(りんご) マドラスカ レー(小麦・牛・豚・大豆・りんご) 豚骨 鶏骨 ウスターソース(大豆) | 比屋根小6年 |
| | ゆで枝豆 | | | 枝豆 | | |
| | ゆで卵 くだもの(小) | 卵 | | | | くだもの |
| 15日 (水) | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | 煮込みうどん | 豚肉 なんと(大豆) 油揚げ(大豆) | うどん(小麦) 米油 | 生姜 人参 白菜 竹の子 椎茸 長 ねぎ | かつお節 だし昆布 濃口醤油 塩 みりん | |
| | おかか和え | 糸削り | 三温糖 | 人参 モーウィ キゅうり 小松菜 シー クワサー | 濃口醤油 塩 米酢 | |
| | きびなごの磯揚げ アーモンド | きびなご 青のり | 小麦粉 でん粉 菜種油 アーモンド | | 塩 | |
| | 16日 (木) | 牛乳 | 牛乳 | | | |
| 麦ごはん | | | 米 麦 | | | |
| あさりどわかめのスープ | | あさり わかめ | ごま | 人参 しめじ えのき 長ねぎ | 鶏骨 かつお節 酒 薄口醤油 塩 | |
| ピピンバ炒め | | 豚肉 牛肉 大豆 赤みそ(大豆) | 三温糖 米油 | 玉葱 小松菜 エリンギ 赤ピーマン コーン 木耳 にんにく 生姜 | 濃口醤油 みりん 豆板醤 塩 酒 | |
| ヤンニョムチキン | | 鶏肉 | でん粉 三温糖 ごま油(大豆) | にんにく | 塩 こしょう コチジャン(大豆) ケチャップ みりん チキンアイソ | |
| 17日 (金) | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | ジュース | 豚肉 ひよこ豆 大豆 | 米 麦 米油 | 椎茸 竹の子 人参 ねぎ | かつお節 濃口醤油 塩 みりん 酒 | |
| | ウサチー | ひじき ツナ | 三温糖 | きゅうり 人参 モーウィ シークワ サー | 米酢 ゆかり粉 | 比屋根小4年 |
| | わかめと豆腐の寄せあんかけ くだもの | わかめと豆腐の寄せ(大豆) | 三温糖 でん粉 | | かつお節 濃口醤油 みりん | |
| | くだもの | | | くだもの | | |
| 20日 (月) | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | 中華ピラフ | 鶏肉 ハム(豚・鶏・大豆) | 米 麦 米油 ごま油(大豆) ご ま | 人参 ピーマン 黄ピーマン 木耳 長ねぎ | かつお節 薄口醤油 みりん 酒 塩 | |
| | ●野菜のキムチ和え(イカ) | 錦糸卵 | 三温糖 | 人参 もやし 小松菜 | 米酢 キムチの素(りんご・いしか・大豆) 塩 | 美東小4年 |
| | 焼売 | 焼売(豚・小麦) | | | | |
| | くだもの | | | くだもの | | |
| 21日 (火) | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | 麦ごはん | | 米 麦 | | | |
| | 豆腐のみそ汁 | 豆腐(大豆) 油揚げ(大豆) 麦 みそ(大豆) 白みそ(大豆) | | 冬瓜 椎茸 こんにゃく ねぎ | かつお節 | |
| | ひじき炒め | ひじき 豚肉 大豆 | 米油 | 人参 切干大根 キヤベツ ニラ | 濃口醤油 みりん 塩 | |
| | ホキの梅ソースかけ | ホキ | 三温糖 でん粉 | 梅 生姜 | 濃口醤油 みりん かつお節 | |
| 22日 (水) | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | カンダバージュース | 豚肉 麦みそ(大豆) | 米 麦 米油 | 人参 椎茸 冬瓜 カンダバー | だし昆布 かつお節 塩 濃口醤油 | |
| | 切干大根の和え物 | 糸削り | 三温糖 | 切干大根 きゅうり 小松菜 人参 | 米酢 塩 ゆかり粉 | |
| | 焼き芋 | | さつま芋 米油 | | | |
| | くだもの | | | くだもの | | |
| 24日 (金) | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | あげパン | 脱脂粉乳 きな粉(大豆) | パン(小麦・乳・大豆) 菜種油 はったい粉 三温糖 黒糖 | | | |
| | ベジタブルスープ | 鶏肉 | じゃが芋 でん粉 | 人参 冬瓜 セロリ キヤベツ フロコリ | 豚骨 鶏骨 塩 こしょう 薄口醤油 | 美東中 泡瀬小4年 |
| | 海藻サラダ | 海藻 ツナ シークス(大豆) | 三温糖 オリーブ油 | 人参 小松菜 きゅうり モーウィ は んだま シークワサー | 米酢 濃口醤油 塩 | |
| | くだもの | | | くだもの | | |
| 27日 (月) | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | 麦ごはん | | 米 麦 | | | |
| | 冬瓜のすまし汁 | 白かまぼこ(大豆) | | 冬瓜 椎茸 ねぎ こんにゃく | だし昆布 かつお節 塩 濃口醤油 酒 | |
| | ナーベランプシー | 豆腐(大豆) 豚肉 赤みそ(大 豆) 甘みそ(大豆) | 米油 三温糖 でん粉 | へちま 人参 えのき ニラ | みりん | 高原小5年 |
| | さんまの生姜焼 | さんま | 三温糖 でん粉 | 生姜 | 濃口醤油 みりん 酒 かつお節 | |
| 28日 (火) | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | コッペパン | | パン(小麦・乳・大豆) | | | |
| | トマトと魚のスープ | 白身魚 白いんげん | じゃが芋 | 人参 玉葱 マッシュルーム セロリ トマト | ケチャップ トマトビュレ 豚骨 鶏骨 塩 | 高原小5年 |
| | にんにくの芽ソテー | 豚肉 | 米油 マーガリン(乳・大豆・豚) で ん粉 | にんにくの芽 人参 キヤベツ しめじ 玉葱 | 塩 こしょう | |
| | はちみつ | | はちみつ | | | |
| 29日 (水) | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | ひじきごはん | ひじき 豚肉 油揚げ(大豆) | 米 麦 米油 | 椎茸 ごぼう 人参 ねぎ | かつお節 濃口醤油 みりん 酒 塩 | |
| | 野菜の梅肉和え | 鶏ささみ 糸削り | 三温糖 | 小松菜 モーウィ 人参 きゅうり も やし 切干大根 梅 | 米酢 塩 | |
| | 玉子と豆腐のしんじょ | 玉子と豆腐のしんじょ(卵・小 麦・えび・かに・大豆) | 三温糖 でん粉 | | かつお節 濃口醤油 みりん | |
| | くだもの | | | くだもの | | |
| 30日 (木) | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | コーンラーメン | 豚肉 なんと(大豆) | ラーメン(小麦・大豆) 米油 | コーン 人参 玉葱 長ねぎ 木耳 に んにく 生姜 | 濃口醤油 酒 みりん かつお節 塩 豚骨 鶏骨 | |
| | パンウースー | ハム(豚・鶏・大豆) | 春雨 ごま 三温糖 ごま油(大豆) | 人参 小松菜 もやし | 濃口醤油 米酢 塩 | 美東小6年 |
| | しそ巻餃子 | しそ巻餃子(卵・乳・豚・鶏・大豆・セ ラチン・小麦・ごま) | | | | |
| | くだもの | | | くだもの | | |

6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 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ゲンを表示しています。

※ 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ゲンは下記の6品目です。除去食の提供はこのアレルゲン6品目を含む副菜(和え物・サラダ類など)です。

| 除去食対応アレルゲン6品目 | 卵 乳(乳製品) えび かに いか たこ(※しらす・ちりめん・カエリは、「えび・かに」として除去対象です。) |
|---------------|--|
|---------------|--|

3. 加工食品に関しては、原材料や調味料ではなく、アレルゲン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、アレルゲンを表示しています。その日以降は表示はしていませんがアレルゲンは同じです。

5. 海藻類(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 |
|------------|----------------|------------------------------------|------------------------------------|--------------------------|---|--------|
| 1日 (水) | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | 麦ごはん | | 米 麦 | | | |
| | わかめのみそ汁 | わかめ 油揚げ(大豆) 豆腐(大豆) 甘みそ(大豆) 麦みそ(大豆) | | 冬瓜 | かつお節 | |
| | きのこ野菜炒め | ツナ | 米油 | しめじ エリンギ 人参 キャベツ かし菜 玉葱 | 濃口醤油(大豆・小麦) みりん 塩 | |
| 2日 (木) | 鯛の照焼 | 鯛 | 三温糖 | 生姜 | 濃口醤油 みりん 酒 | |
| | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | チャーハン | 豚肉 | 米 麦 米油 ごま油(大豆) | 人参 玉葱 エリンギ ピーマン 赤ピーマン ねぎ | かつお節 チキンブイヨン 濃口醤油 酒 塩 | |
| | もやし中華和え | きんぴら(鶏・豚・大豆) | 三温糖 ごま油(大豆) | もやし 人参 きゅうり | 濃口醤油 米酢 | |
| 3日 (金) | 春巻 | 春巻(小麦・大豆・鶏・豚・ごま・セラチン) 菜種油 | | | | |
| | くだもの | | | くだもの | | |
| | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | 麦ごはん | | 米 麦 | | | |
| 6日 (月) | もずくスープ | あさり チキアギ(大豆) もずく | | 冬瓜 竹の子 生姜 | かつお節 鶏骨 濃口醤油 塩 | |
| | タコライス用サラダ | | | キャベツ 赤ピーマン コーン | | |
| | タコミート | 牛肉 豚肉 大豆 | 三温糖 米油 | 人参 玉葱 にんにく トマト | 赤ワイン 塩 ハブリ粉 チパウダー ケチャップ チリソース(小麦・乳・豚) サルサモト(牛・豚・セラチン) | 中学校 |
| | チーズ | チーズ(乳) | | | | |
| 7日 (火) | くだもの | | | くだもの | | |
| | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | 梅肉入り炊き込みごはん | 豚肉 | 米 麦 米油 ごま | 人参 椎茸 大根 長ねぎ 梅 | かつお節 濃口醤油 みりん 酒 ゆかり粉 塩 | |
| | ひじきと青菜の和え物 | ひじき ツナ | 三温糖 | きゅうり 人参 モーウィ 小松菜 シークワーサー | 濃口醤油 米酢 | |
| 8日 (水) | 鮭の塩こうじ焼き | 鮭 | | | 塩麹 | |
| | くだもの(中) | | | くだもの | | |
| | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | あみパン | | パン(小麦・乳・大豆) | | | |
| 9日 (木) | ハンパキンスープ | 脱脂粉乳 | じゃが芋 小麦粉 マーガリン(乳・大豆・豚) 米油 生クリーム(乳) | 人参 玉葱 南瓜 しめじ | 鶏骨 塩 こしょう | |
| | 豆と野菜のサラダ | レッドキドニー 白いんげん ハム(豚・鶏・大豆) | 三温糖 オリーブ油 | 青豆 きゅうり キャベツ シークワーサー | 米酢 塩 | |
| | チキンのトマトソースかけ | 鶏肉 | でん粉 三温糖 | トマト | 塩 こしょう ガリックパウダー トマトソース(大豆) ケチャップ チキンブイヨン サルサモト(牛・豚・セラチン) ウスターソース(大豆・りんご) 濃口醤油 | |
| | くだもの | | | くだもの | | |
| 10日 (金) | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | 赤飯 | あずき | 米 もち米 黒米 | | | |
| | シカムドゥチ | 豚肉 黄色かまぼこ | | 冬瓜 椎茸 こんにゃく 生姜 ねぎ | だし昆布 かつお節 塩 濃口醤油 | |
| | 野菜炒め | 厚揚げ(大豆) ツナ | 米油 | 人参 玉葱 キャベツ ながり もやし 小松菜 | 濃口醤油 みりん 塩 | |
| 9日 (木) | 辛くじアンダギー | | 紅芋 もち粉 砂糖 菜種油 | | | |
| | アーモンドミニフィッシュ | カタクチイワシ | アーモンド 砂糖 でん粉 ごま | | 塩 | |
| | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | 沖縄そば | 豚肉 | そば(小麦・大豆) | キャベツ 玉葱 もやし 人参 木耳 ねぎ | 酒 濃口醤油 みりん 豚骨 かつお節 塩 | 高原小6年 |
| 10日 (金) | 青菜のゴマ和え | 鶏ささみ | 三温糖 ねりごま | 小松菜 モーウィ 人参 きゅうり | 濃口醤油 米酢 塩 | |
| | ししやものシークワーサー焼き | ししやも | | シークワーサー | 塩 こしょう | |
| | あまがし | 金時豆 緑豆 | 麦 三温糖 黒糖 | | 塩 | |
| | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| 10日 (金) | 中華おこわ | 鶏肉 あさり ひよこ豆 | 米 もち米 麦 ごま油(大豆) 米油 | 木耳 人参 竹の子 エリンギ 長ねぎ | かつお節 濃口醤油 みりん 酒 塩 | 比屋根小5年 |
| | 野菜の中華和え | ハム(豚・鶏・大豆) 錦糸卵 | ごま 三温糖 ごま油(大豆) | 人参 きゅうり モーウィ | 米酢 濃口醤油 | |
| | 厚揚げの甘酢あんかけ | 厚揚げ(大豆) | 三温糖 でん粉 | | かつお節 濃口醤油 みりん ケチャップ 米酢 | |

| 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 |
|------------|-------------------------|--------------------------------|-------------------------------|----------------------------------|--|---------------|
| 13日 (月) | 牛乳 | 牛乳 | | | | 比屋根小5年 泡瀬小 |
| | 麦ごはん | | 米 麦 | | | |
| | アーサ汁 | アーサ 白かまぼこ(大豆) 押し豆腐(大豆) | | 冬瓜 生姜 | かつお節 だし昆布 薄口醤油 塩 | |
| | フーイリチー | 豚肉 | 麩(小麦) 米油 | 人参 キャベツ もやし 玉葱 ニラ | 濃口醤油 塩 | |
| | グルクンのもずくあんかけ くだもの(中) | グルクン もずく | 三温糖 でん粉 | ピーマン 赤ピーマン 玉葱 えのき くだもの | 濃口醤油 みりん 酒 かつお節 | |
| 14日 (火) | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | 麦ごはん | | 米 麦 | | | |
| | キーマカレー | 豚肉 鶏肉 大豆 | じゃが芋 小麦粉 マーガリン(乳・大豆・豚) 米油 | 人参 玉葱 南瓜 ピーマン にんにく トマト | 塩 赤ワイン カレー粉 チャツネ(りんご) マトラスカレー(小麦・牛・豚・大豆・りんご) 豚骨 鶏骨 ウスターソース(大豆) | |
| | ゆで枝豆 | | | 枝豆 | | |
| | ゆで卵 くだもの(小) | 卵 | | | くだもの | |
| 15日 (水) | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | 煮込みうどん | 豚肉 なんと(大豆) 油揚げ(大豆) | うどん(小麦) 米油 | 生姜 人参 白菜 竹の子 椎茸 長ねぎ | かつお節 だし昆布 濃口醤油 塩 みりん | |
| | おかか和え | 糸削り | 三温糖 | 人参 モーウィ キゅうり 小松菜 シークワーサー | 濃口醤油 塩 米酢 | |
| | きびなごの磯揚げ | きびなご 青のり | 小麦粉 でん粉 菜種油 | | | |
| | アーモンド | | アーモンド | | 塩 | |
| 16日 (木) | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | 麦ごはん | | 米 麦 | | | |
| | あさりどわかめのスープ | あさり わかめ | ごま | 人参 しめじ えのき 長ねぎ | 鶏骨 かつお節 酒 薄口醤油 塩 | |
| | ピビンバ炒め | 豚肉 牛肉 大豆 赤みそ(大豆) | 三温糖 米油 | 玉葱 小松菜 エリンギ 赤ピーマン コーン 木耳 にんにく 生姜 | 濃口醤油 みりん 豆板醤 塩 酒 | |
| | ヤンニョムチキン | 鶏肉 | でん粉 三温糖 ごま油(大豆) | にんにく | 塩 こしょう コチジャン(大豆) ケチャップ みりん チキン(卵) | |
| 17日 (金) | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | ジュース | 豚肉 ひよこ豆 大豆 | 米 麦 米油 | 椎茸 竹の子 人参 ねぎ | かつお節 濃口醤油 塩 みりん 酒 | |
| | ウサチー | ひじき ツナ | 三温糖 | きゅうり 人参 モーウィ シークワーサー | 米酢 ゆかり粉 | |
| | わかめと豆腐の寄せあんかけ | わかめと豆腐の寄せ(大豆) | 三温糖 でん粉 | | かつお節 濃口醤油 みりん | |
| | くだもの | | | くだもの | | |
| 20日 (月) | 牛乳 | 牛乳 | | | | 美東小4年 |
| | 中華ピラフ | 鶏肉 ハム(豚・鶏・大豆) | 米 麦 米油 ごま油(大豆) ごま | 人参 ピーマン 黄ピーマン 木耳 長ねぎ | かつお節 薄口醤油 みりん 酒 塩 | |
| | ●野菜のキムチ和え(イカ) | 錦糸卵 | 三温糖 | 人参 もやし 小松菜 | 米酢 キムチの素(りんご・いか・大豆) 塩 | |
| | 焼売 | 焼売(豚・小麦) | | | | |
| | くだもの | | | くだもの | | |
| 21日 (火) | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | 麦ごはん | | 米 麦 | | | |
| | 豆腐のみそ汁 | 豆腐(大豆) 油揚げ(大豆) 赤みそ(大豆) 白みそ(大豆) | | 冬瓜 椎茸 こんにゃく ねぎ | かつお節 | |
| | ひじき炒め | ひじき 豚肉 大豆 | 米油 | 人参 切干大根 キャベツ ニラ | 濃口醤油 みりん 塩 | |
| | ホキの梅ソースかけ | ホキ | 三温糖 でん粉 | 梅 生姜 | 濃口醤油 みりん かつお節 | |
| 22日 (水) | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | カンダバージュース | 豚肉 赤みそ(大豆) | 米 麦 米油 | 人参 椎茸 冬瓜 カンダバー | だし昆布 かつお節 塩 濃口醤油 | |
| | 切干大根の和え物 | 糸削り | 三温糖 | 切干大根 きゅうり 小松菜 人参 | 米酢 塩 ゆかり粉 | |
| | 焼き芋 | | さつまいも 米油 | | | |
| | くだもの | | | くだもの | | |
| 24日 (金) | 牛乳 | 牛乳 | | | | 美東中 泡瀬小4年 |
| | 食パン | | パン(小麦・乳・大豆) | | | |
| | ベジタブルスープ | 鶏肉 | じゃが芋 でん粉 | 人参 冬瓜 セロリ キャベツ フロccoli | 豚骨 鶏骨 塩 こしょう 薄口醤油 | |
| | 海藻サラダ | 海藻 ツナ シーフーズ(大豆) | 三温糖 オリーブ油 | 人参 小松菜 きゅうり モーウィ はんたま シークワーサー | 米酢 濃口醤油 塩 | |
| | ミートソース | 豚肉 牛肉 大豆 | 三温糖 米油 | 玉葱 人参 トマト ピーマン にんにく バジル | 赤ワイン 塩 ケチャップ トマトソース(大豆) チキン(卵) | |
| 27日 (月) | 牛乳 | 牛乳 | | | | 高原小5年 |
| | 麦ごはん | | 米 麦 | | | |
| | 冬瓜のずまし汁 | 白かまぼこ(大豆) | | 冬瓜 椎茸 ねぎ こんにゃく | だし昆布 かつお節 塩 濃口醤油 酒 | |
| | ナーベランプシー | 豆腐(大豆) 豚肉 赤みそ(大豆) 甘みそ(大豆) | 米油 三温糖 でん粉 | へちま 人参 えのき ニラ | みりん | |
| | さんまの生姜焼 | さんま | 三温糖 でん粉 | 生姜 | 濃口醤油 みりん 酒 かつお節 | |
| 28日 (火) | 牛乳 | 牛乳 | | | | 高原小5年 |
| | あげパン | 脱脂粉乳 きな粉(大豆) | パン(小麦・乳・大豆) 菜種油 ほんたいい粉 三温糖 黒糖 | | | |
| | トマトと魚のスープ | 白身魚 白いんげん | じゃが芋 | 人参 玉葱 マッシュルーム セロリ トマト | ケチャップ トマトピューレ 豚骨 鶏骨 塩 | |
| | カリフラワーサラダ | ハム(豚・鶏・大豆) | オリーブ油 三温糖 | カリフラワー 人参 きゅうり コーン シークワーサー | 米酢 塩 | |
| | くだもの | | | くだもの | | |
| 29日 (水) | 牛乳 | 牛乳 | | | | |
| | ひじきごはん | ひじき 豚肉 油揚げ(大豆) | 米 麦 米油 | 椎茸 ごぼう 人参 ねぎ | かつお節 濃口醤油 みりん 酒 塩 | |
| | 野菜の梅肉和え | 鶏ささみ 糸削り | 三温糖 | 小松菜 モーウィ 人参 きゅうり もやし 切干大根 梅 | 米酢 塩 | |
| | 玉子と豆腐のしんじょ | 玉子と豆腐のしんじょ(卵・小麦・えび・かに・大豆) | 三温糖 でん粉 | | かつお節 濃口醤油 みりん | |
| | くだもの | | | くだもの | | |
| 30日 (木) | 牛乳 | 牛乳 | | | | 美東小6年 |
| | コーンラーメン | 豚肉 なんと(大豆) | ラーメン(小麦・大豆) 米油 | コーン 人参 玉葱 長ねぎ 木耳 にんにく 生姜 | 濃口醤油 酒 みりん かつお節 塩 豚骨 鶏骨 | |
| | パンウースー | ハム(豚・鶏・大豆) | 春雨 ごま 三温糖 ごま油(大豆) | 人参 小松菜 もやし | 濃口醤油 米酢 塩 | |
| | しそ巻餃子 | しそ巻餃子(卵・乳・豚・鶏・大豆・セウチン・小麦・ごま) | | | | |
| | くだもの | | | くだもの | | |