

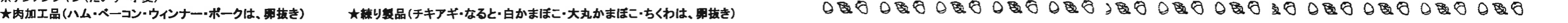
Main table containing meal schedules for 11 days (1st to 8th), including columns for date, meal name, ingredients (red, yellow, green), seasonings, and side dishes. It is organized by school (美東中, 安慶田中, 山内中, 宮里小).



【アレルギー一覧】

- List of allergens and their corresponding ingredients: ※ショートニング(だいたず), ※しょうゆ(小麦・だいたず), ※酢・特濃酢(小麦), etc.

- List of allergens and their corresponding ingredients: ※トマトソース(だいたず), ※キムチの素(りんご・みかん・いか・大豆・魚介類), ※チキンブイオン(鶏肉), etc.



★練り製品(チキアギ・なると・白かまぼこ・大丸かまぼこ・ちくわは、卵抜き)

平成25年 11月 献立表

※給食費は期限内に納めましょう。 ※食材の都合により献立を変更することがあります。

沖縄市立学校給食センター 第一調理場 ☎929-4776

献立名	赤の食品 (魚や肉、骨を作る)	黄の食品 (糖や力のもとになるもの)	緑の食品 (体の調子を整える)	調味料	欠食	献立名	赤の食品 (魚や肉、骨を作る)	黄の食品 (糖や力のもとになるもの)	緑の食品 (体の調子を整える)	調味料	欠食
18日(月)	牛乳 麦ごはん	牛乳 米 麦				25日(月)	牛乳 【カツカレー】 ・麦ごはん	牛乳 米 麦			
レンコンの日	れんこん入り炒り鶏	鶏肉 昆布 ひじき	米油 三温糖	人参 大根 レンコン ごぼう こんにゃく 竹の子 椎茸 いんげん	酒 しょうゆ みりん 花かつお	・チキンカレー	鶏肉 だいす 脱脂粉乳	じゃが芋 米油 小麦粉 マーガリン	セロリ 人参 玉ねぎ しめじ えのき ビーマン にんにく 生 姜 りんご	りんご 人参 玉ねぎ しめじ えのき ビーマン にんにく 生 姜 りんご	山内小 6年のみ
	白菜としめじの 梅肉和え	糸けすり	ごま油 三温糖	白菜 きゅうり しめじ コーン 梅肉	しょうゆ 酢	・豚カツ (揚げ②)	豚肉	小麦粉 パン粉 大豆油		塩 こしょう ガーリック パウダー	
	納豆みそ(ツナ入り)	納豆 ツナ 麦みそ	三温糖 米油	ネギ 生姜	みりん	ヨーグルトサラダ	ヨーグルト	三温糖	きゅうり 干しぶどう みかん バナナ ナタデココ		
19日(火)	牛乳 麦ごはん	牛乳 米 麦				26日(火)	牛乳 あわごはん	牛乳 米 あわ			
イナムドゥッチ汁	豚ロース カステラかまぼ こ 甘みそ		こんにゃく 椎茸 ネギ 生姜	塩 花かつお 豚骨		もすくときのこのすまし 汁	もすく		白菜 しめじ 長ねぎ	塩 薄口しょうゆ 花かつ お	山内小6 年のみ 安農田小 1~5年
	ヌンクークー	豚肉 厚揚げ 昆布	三温糖 米油	冬瓜 人参 小松菜 生姜	しょうゆ みりん 酒 花 かつお	筑前煮	鶏肉 だいす ちくわ	里芋 三温糖 米油 小 ま油	枝豆 人参 ごぼう こんに ゃく れんこん 椎茸 絹 さや	しょうゆ みりん 花かつ お 塩	
	焼きししよも 果物	シシャモ			塩	小魚のゴマがらめ	カエリ	アーモンド 白ごま 三 温糖		しょうゆ 水あめ	
				みかん							
20日(水)	牛乳 からし菜チャーハン	牛乳 ハム だいす	米 麦 白ごま 米油 ごま油	からし菜漬 人参 からし 菜 竹の子 キクラゲ	しょうゆ 酒 塩 花かつお	27日(水)	牛乳 ポロポロジュシー	牛乳 油揚げ 鶏肉	米 麦 タロイモ 米油	冬瓜 人参 椎茸 小松菜	しょうゆ 塩 花かつお 豚骨
ホイコーロー	豚肉 赤みそ テンメン ジャン	三温糖 米油	キャベツ チンゲン菜 にんにくの 芽 人参 玉ねぎ 長ねぎ にんに く 生姜	しょうゆ オイスターソース 酒		テークニーイリチー	昆布 豚肉 ちぎあげ	米油	切り干し大根 人参 からし 菜	塩 しょうゆ みりん 花 かつお 豚骨	
香巻き(小麦・乳成分・大 豆・鶏・豚・りんご・ゼラチ ン) (揚げ①)	豚肉	ラード 植物油 でんぷん 香 辛粉 醤油 小麦粉 水あ め	キャベツ 竹の子 人参 にん にく 生姜 椎茸	しょうゆ ゼラチン 塩 鶏がら オイスターソース ポークエキス チキンエキス 乳化剤		豆腐ハンバーグ	豆腐 鶏肉 卵白	牛脂 小麦粉 パン粉 砂糖	玉葱 人参 枝豆 生姜 ネ ギ	塩 みりん	
果物			柿			果物			柿		
21日(木)	牛乳 あわごはん	牛乳 米 あわ				28日(木)	牛乳 ごはん	牛乳 米			
じゃこ団子汁	タラ ホキ じゃこ 豆あ じ 太刀魚	豚脂 でんぷん 砂糖	玉葱 白菜 大根 人参 ネギ 椎茸	塩 酒 薄口しょうゆ 花 かつお 鶏がら		さつま汁	鶏肉 油揚げ わかめ 白みそ 赤みそ	さつま芋	大根 人参 こんにゃく 長 ねぎ	花かつお	山内小 1~5年 のみ
もすくと野菜の酢の物	もすく	三温糖	もやし きゅうり 人参 シークワーサー果汁	花かつお 酢 塩 薄口しょうゆ		白菜と小松菜のゴマ和え	ひじき 糸けすり	白すりゴマ 白ごま 三 温糖 ごま油	白菜 小松菜 もやし えの き	しょうゆ 塩	
魚のみそマヨ焼き	ホキ 白みそ	ノンエッグマヨネーズ 三温糖	乾燥パセリ	酒		サバの梅あんかけ (揚げ③ 廃油)	サバ	小麦粉 でんぷん 大豆油 三温糖	梅肉 枝豆	酒 塩 花かつお	
22日(金)	牛乳 ミートスパグッティー	牛乳 牛挽肉 豚挽肉 だいす 粉チーズ	スパグッティー 米油	人参 玉ねぎ しめじ ビーマン マッシュルーム にんにく トマト トマトピューレ	ケチャップ ウスターソース デミ グラスソース こしょう 塩 フイ ヨン	29日(金)	牛乳 なかよしパン	牛乳 脱脂粉乳	小麦粉 砂糖 ショート ニング		イースト 塩
お豆とかぼチャのサラ ダ	レッドキドニー	マヨネーズ 三温糖	かぼちゃ きゅうり 干しぶどう 枝豆	薄口しょうゆ 塩 こしょ う		マッシュルームスープ	レンズ豆 豆乳	じゃが芋 小麦粉 マー ガリン	玉葱 人参 マッシュルーム 裏ごしコーン	塩 こしょう 鶏がら 豚 骨	
オムレツ(卵・小麦・大豆)	卵	植物油 砂糖 でんぷん		塩		チンゲン菜のソテー	ウインナー	マーガリン オリーブ油	チンゲン菜 キャベツ 人参 しめじ コーン	塩 こしょう	
アーモンド		アーモンド 油		塩		魚のマスタード焼き	ホキ	マヨネーズ パン粉		塩 こしょう マスタード パジル オレガノ	
						果物			りんご		
						チーズ(中学校のみ)	チーズ				

アレルギー一覧

- ※ショートニング(だいた)
- ※しょうゆ(小麦・だいた)
- ※酢・特濃酢(小麦)
- ※だいた油(だいた)
- ※小麦粉・薄力粉(小麦)
- ※ごま油(大豆)
- ※テンメンジャン(だいた・小麦)
- ※肉加工品(ハム・ベーコン・ウインナー・ポークは、卵抜き)
- ※ポークパイオン(鶏肉・豚肉)
- ※うすくちしょうゆ(小麦・だいた)
- ※チリミックス(小麦・ぶた・乳)
- ※ウスターソース(だいた・りんご)
- ※赤だしみそ(だいた・さば・とり肉)
- ※マヨネーズ(卵・だいた・りんご)
- ※豆板醤(だいた)
- ※木戸中華(貝・小麦・乳・大豆・牛・豚・鶏)
- ※オイスターソース(牡蠣エキス・大豆・魚醤)
- ※トマトソース缶(だいた)
- ※麦みそ・白みそ・赤みそ・甘口白みそ(だいた)
- ※りんご酢(りんご)

★練り製品(チキアギ・なると・白かまぼこ・大丸かまぼこ・ちくわは、卵抜き)

- ※トマトソース(だいた)
- ※キムチの素(りんご・みかん・いか・大豆・魚介類)
- ※チャツネ(りんご)
- ※ウインナー(豚・だいた・乳・小麦)
- ※ポーク(豚・鶏)
- ※ベーコン(ぶた肉・だいた)
- ※マーガリン(乳・だいた・ぶた肉)
- ※コチジャン(だいた)
- ※焼きぶた(豚・だいた・卵・乳)
- ※チキンパイオン(鶏肉)
- ※チャツネ(りんご)
- ※カレールー(小麦・だいた・とり肉・牛肉)
- ※ハム(豚肉・だいた・鶏肉)
- ※デミグラスソース(小麦・乳・牛肉・とり肉・ぶた肉・だいた)
- ※しらすぼし(えびが混ざる漁法で採取されています。)
- ※コールスロッドレッシング(卵・だいた)
- ※中濃ソース(りんご)
- ※乳化剤(卵・だいた)

アレルギー一覧