













2014年  
1月

献立表 (アレルギー)

沖縄市第2調理場  
937-2700

日曜日	曜日	こ ん だ て 名	食 品 材 料 名
6	月	黒米ごはん お雑煮 紅白なます 鮭の塩焼き きんかん	米飯 黒米 白玉餅だんご にんじん 鶏もも肉 干しいたけ だいこん根 ほうれん草 ★鶏卵 かつくり粉 グラニュー糖 食塩 ★卵黄 赤みそ 白みそ けずり節 とりがら しょうゆ みりん シママース 大根 にんじん 特濃酢 グラニュー糖 べにざけ 食塩 シママース こしょう シークワサー きんかん
7	火	七草がゆ ムーチー 彩り野菜巻き パン 食パン ツナサンド ミネストローネ とうもろこし 麦ごはん チリライス 魚のみそマヨネーズ焼き いんげんとエリンギのソテー	精白米 大根 だいこん葉 豚もも肉 小松菜 にんじん わかめ とりがら しょうが 白みそ シママース もち粉 紅芋 さとう サンニンの葉 豚肉 大豆 食塩 グラニュー糖 水飴 牛乳 にんじん いんげん チーズ のり パン粉 ★パン 強力粉 脱脂粉乳 グラニュー糖 ショートニング パン酵母 食塩 ツナ きゅうり たまねぎ マヨネーズ シママース コショウ 牛肉 たまねぎ にんじん セロリー キヤベツ じゃがいも ABCマカロニ さやいんげん コーン パセリ にんにく とりがら しょうゆ トマトダイス缶 ケチャップ シママース こしょう コーン シママース 米飯 無圧パン麦
9	木	チリライス 魚のみそマヨネーズ焼き いんげんとエリンギのソテー	★チリソース ウインナーソーセージ 牛ひき肉 豚ひき肉 金時豆 大豆 たまねぎ にんじん ピーマン セロリー トマトケチャップ トマトペースト にんにく シママース チリパウダー パルメザンチーズ ウスターソース サラダ油 ほき 赤みそ 白みそ 三温糖 みりん マヨネーズ いんげん にんじん エリンギ コーン 鶏ささ身肉 にんにく サラダ油 シママース こしょう
10	金	みそラーメン 蒸し餃子 ほうれん草のごま和え (ア) あわごはん 八宝菜 シユーマイ アーモンドみそ	★なると 中力粉 食塩 鶏がら 豚骨 けずり節 赤みそ 白みそ 焼き豚 にんじん 長ねぎ もやし にんにく しょうが コーン わかめ ★鶏卵 豚・鶏肉 にんにく 生姜 キヤベツ たら 大豆 玉ねぎ 小麦粉 澱粉 砂糖 しょうゆ ほうれん草 ★しらす干し(えび) もやし きゅうり ねりごま いらごま みりん しょうゆ ミツカン酢 三温糖 米飯 あわ
14	火	あわごはん 八宝菜 シユーマイ アーモンドみそ	★なると ★むきえび ★うずら卵水煮 豚もも肉 しょうゆ みりん 酒 にんにく ★いか にんじん たまねぎ 干しいたけ きくらげ たけのこ はくさい パクチョイ しょうが 中華味 しょうゆ ごま油 サラダ油 シママース でんぷん 豚肉 生姜 玉ねぎ 澱粉 砂糖 小麦粉 アーモンド 麦みそ 三温糖 水あめ 糸けずり サラダ油
15	水	なかよし胚芽パン きのこのクリームスープ 照り焼きチキンステーキ	小麦粉 脱脂粉乳 ショートニング イースト 食塩 ペーコン ほき にんにく 生姜 しめじ エリンギ マッシュルーム コーン じゃがいも こまつな にんじん たまねぎ 鶏がら シママース こしょう 小麦粉 無塩バター ラード グラニュー糖 食塩 脱脂粉乳 チーズパウダー たまねぎ ガーリックパウダー こしょう 鶏もも肉 グラニュー糖 みりん しょうゆ かつくり粉 食塩 ★卵白 たまりしょうゆ ごま しょうが コショウ
16	木	アーサ雑炊 ちくわの磯辺揚げ 紅芋きんとん 温州みかん	精白米 押し麦 あおさ 豚もも肉 カーネルコーン 干しいたけ にんじん こまつな しょうゆ シママース けずり節 サラダ油 ★鶏卵 焼き竹輪 チーズ 青のり シママース 小麦粉 ベーキングパウダー サラダ油 紅芋ペースト パイン缶 レーズン 三温糖 みりん シママース 温州みかん
17	金	麦ごはん ハヤシライス オムレツ 黄桃缶	米飯 無圧パン麦 牛肉 にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム セロリー グリンピース ハヤシルウ 薄力粉 トマトペースト ラード かつくり粉 グラニュー糖 食塩 ぶどう酒 こしょう リンゴピューレ トマトダイス缶 ウスターソース シママース ★鶏卵 たまねぎ 粒状大豆たんぱく でんぷん グラニュー糖 しょうゆ ラード 食塩 しょうが もも グラニュー糖

20	月		表ごはん	米飯 無圧パン麦 麦混入代	牛肉 にんにく しょうゆ みりん 酒 ほうれん草 はくさい にんじん しめじ 長ねぎ とうふ 糸こんにゃく 干しいたけ 三温糖 しょうゆ みりん 酒 けずり節 サラダ油 シママース
			すき焼き	きゅうり もやし 荳わかめ シママース にんにく 生姜 ★キムチの素 三温糖 ごま油 すりごま 糸けずり	
			きゅうりのキムチあえ	大豆	
			納豆	温州みかん	
21	火		バーガーパン	小麦粉 脱脂粉乳 砂糖 ショートニング イースト 食塩	
			照り焼きチキンバーガー	鶏むね肉 たまねぎ パン粉 鶏卵 しょうゆ 調合油 グラニュー糖 水あめ 大豆 かつおの粉 コショウ コーンフラワー 食塩 卵白 薄力粉	
			ポトフ	鶏もも肉 ベーコン ウインナーソーセージ たまねぎ じゃがいも キャベツ 大根 ブロッコリー にんじん とりがら ローレル 白ワイン コンソメ シママース こしよ	
			ブルーン	ブルーン	
22	水		中華風炊き込みごはん	★オイスターソース 精白米 焼き豚 きくらげ 干しいたけ たら にんじん しょうが にんにく 鶏卵 かつおの粉 グラニュー糖 食塩 卵黄 酒 しょうゆ シママース こしよ ごま油 ポークグブイオン	
			きゅうりのピリ辛	きゅうり シママース 鷹の爪 三温糖 ごま油	
			魚のチリソース焼き	★チリソース 唐辛子 赤みそ しょうゆ ほき シママース コショウ トマトケチャップ 三温糖 白ワイン	
			温州みかん	温州みかん	
23	木		煮込みうどん	★なると 豚もも肉 にんじん たまねぎ 長ねぎ こまつな 油揚げ 干しいたけ けずり節 しょうゆ みりん シママース サラダ油	
			肉まん	小麦粉 グラニュー糖 でんぷん ラード ベーキングパウダー 食塩 豚ひき肉 たまねぎ しょうゆ 大豆油 チキンブイオン	
			フルーツ白玉	もも 西洋なし パイン さくらんぼ ぶどう 白玉粉 パイン缶 みかん 黄桃 シークアアサー	
24	金		表ごはん	米飯 無圧パン麦	
			カレーライス	豚もも肉 豚レバー にんにく にんじん たまねぎ ピーマン じゃがいも あお豆 リンゴピューレ にんにく カレールウ ウスターソース カレー粉 チキンブイオン シママース サラダ油	
			栄養づけ	★カエリ(えび) 塩昆布 だいこん根、皮つき にんじん しょうが にんにく きゅうり 大豆 しょうゆ 三温糖 けずり節 水あめ みりん 特濃酢 シママース いらごま	
			ゆで卵	★鶏卵	
27	月		あわごはん	米飯 あわ	
			豚肉と里芋のみそ汁	豚もも肉 とうふ 里芋 にんじん 大根 わかめ こまつな 赤みそ 白みそ シママース しょうゆ けずり節	
			島野菜の和え物	島にんじん だいこん はくさい パパイア きゅうり 糸けずり ささみチヤンク 特濃酢 三温糖 シママース シークアアサー すりごま	
			いわしの甘露煮	いわし グラニュー糖 しょうゆ はちみつ みりん でんぷん 食塩 水	
			たんかん	タンカン	
28	火		麦ごはん	米飯 無圧パン麦	
			鶏肉と大根の煮物	鶏もも肉 しょうが 厚揚げ こんにゃく 大根 にんじん 島にんじん いんげん ごぼう 三温糖 しょうゆ みりん 酒 シママース けずり節	
			からし菜炒め	からしな にんじん もやし カーネルコーン びんなが 綿実油 食塩 水 厚あげ シママース しょうゆ サラダ油	
			うめみそ	梅肉 白みそ 三温糖 本みりん すりごま サラダ油	
			温州みかん	温州みかん	
29	水		野菜そば	中力粉 食塩 サラダ油 水 豚骨 とりがら けずり節 しょうゆ シママース しょうが 鶏がらスープ にんにく 七味唐辛子 にんじん たまねぎ たら ピーマン もやし キャベツ 豚もも肉 シママース こしよ しょうゆ にんにく サラダ油	
			パパイアサラダ	パパイア きゅうり にんじん ささみチヤンク パインアップル ピーセス シママース シークアアサー 特濃酢 三温糖	
			魚の天ぷら	★鶏卵 キング 薄力粉 ベーキングパウダー サラダ油 あおのり	
30	木		チンズクジュシー	精白米 チンズク 豚もも肉 にんじん こまつな シママース しょうゆ けずり節 ポークブイオン	
			即席漬	大根 にんじん はくさい きゅうり 糸けずり シークアアサー 特濃酢 シママース 三温糖 いらごま	
			グルクンのから揚げ	グルクンフイル シママース こしよ白 薄力粉 でんぷん サラダ油	
			タンナプアクルー	黒糖 ★鶏卵 小麦粉 ベーキングパウダー	
31	金		赤飯	米飯 もち米 あずき	
			イナムトウチ	豚もも肉 カステラかまぼこ こんにゃく 干しいたけ 豚骨 けずり節 甘口白みそ シママース	
			にんじんしりしり	★液卵 にんじん たまねぎ たら シーチキン 食塩 シママース こしよ 花かつお しょうゆ サラダ油	
			紅いも団子	さつまいも もち グラニュー糖 ごま サラダ油	
			たんかん	タンカン	

★★食物アレルギー献立表活用についてのお願いです★★

日ごろから学校給食へのご理解とご協力に對し心よりお礼申し上げます。

学校給食の実施に伴い、学校給食原材料表示一覧と、毎月配布される食物アレルギー献立表をご本人と保護者の方で、ご確認をしてくださる様よろしくお願ひ致します。

何かお気づきの点がございましたらお手数ですが、調理場までお電話をお願いします。(栄養士)

- ・しょうゆ 大豆 小麦 食塩 水
- ・ミツカン酢 特濃酢 小麦 とうもろこし 米 アルコール 食塩 酒かす
- ・マヨネーズ 卵黄 大豆 りんご 食用油 醸造酢 塩
- ・赤みそ 白みそ 合わせみそ 大麦 大豆 食塩 酒精 水
- ・みりん もち米 米 米麴 醸造アルコール 糖類
- ・酒 米 米麴 醸造アルコール 糖類 酸味料
- ・カレー粉 ターメリック コリアンダー クミン 赤唐辛子 ナツメグ シナモン コショウ
- ・カレールー 小麦粉 大豆 乳糖 りんご 玉葱 食用油 カレー粉 食塩 砂糖
- ・ホワイトソース・ホワイトルー 小麦粉 牛乳 マーガリン チキンブイヨン 大豆油 チーズ 塩 脱脂大豆 ラード コーンパウダー 牛肉 胡椒
- ・デミグラスソース 小麦粉 大豆 牛肉 豚肉 ブイヨン 玉葱 ラード トマトペースト 赤ワイン 砂糖 でん粉 香辛料
- ・マスタード 食酢(さとうきび) 白ワイン 食塩 香辛料 クエン酸 ターメリック
- ・ハヤシルー 小麦粉 動物油 大豆 牛肉 砂糖 ブドウ糖 トマトペースト オニオン ガーリック 米粉 シナモン カラメル色素 調味料 コーンパウダー
- ・オイスターソース 牡蠣エキス 砂糖 魚醤 酵母エキス 麦芽エキス でん粉 増粘剤 デキストリン
- ・キムチの素 いか かつお 大豆 りんご みかん にんにく 生姜 食塩 砂糖 ブドウ糖 果糖液糖 唐辛子 醸造酢(とうもろこし) こんぶ アミノ酸
- ・ウスターソース りんご トマト 玉葱 にんにく マッシュルーム 人参 醸造酢 砂糖 ブドウ糖 食塩 唐辛子 こしょう アミノ酸 カラメル色素 甘味料
- ・中華味 しょうゆ 食塩 水飴 豚・牛・鶏エキス オイスターソース たまねぎ 酵母エキス たん白加水分解物 香辛料 にんにく ソルビトール カラメル色素 乳化剤
- ・塩ドレッシング さとう ブドウ糖 なたね油 ごま油 醸造酢 塩 ゴマ にんにく 唐辛子
- ・ごまドレッシング ごま 食物油脂 酢 砂糖 しょうゆ しいたけエキス 塩 卵黄
- ・チリメン・カエリ 小魚等
- ・トマトペースト…… とまと
- ・トマトピューレ ……とまと 塩 水
- ・トマトソース トマト 玉ねぎ 大豆油 食塩 砂糖 ワイン にんにく パプリカ 香辛料
- ・トマトケチャップ トマト ブドウ糖 酢 たまねぎ 塩
- ・チキンコンソメ 乳糖 食塩 鶏肉 とうもろこし チキンビーエキス
- ・チキンブイヨン 鶏骨 玉ねぎ トリガラエキス にんじん こしょう
- ・リンゴピューレ りんご ビタミンC
- ・シーチキン びんながまぐろ 塩 野菜エキス
- ・麻婆豆腐の素 しょうゆ 牡蠣油 貝柱 小麦 大豆 ゼラチン 牛肉 豚肉 調味料 りんごジュース とうもろこし 砂糖 食塩 蜂蜜 カラメル色素 馬鈴薯 トマトケチャップ 唐辛子 でん粉 ごま油 醸造酢 パプリカ色素
- ・豆板醤 小麦 そら豆麴(そら豆 大豆) 食塩 酒精
- ・いわし甘露煮 いわし しょうゆ さとう はちみつ みりん でんぷん 食塩
- ・白玉もち モチ米粉 でんぷん
- ・魚そうめん 魚肉 でんぷん 食塩 水あめ みりん
- ・錦糸卵 卵 砂糖 食塩 でんぷん
- ・フルーツカクテル 黄桃 洋梨 砂糖 ぶどう パイン チェリー クエン酸
- ・(卵抜き)かまぼこ、なると、ちくわ、チキアギ 糸より スケソウダラ コーンでん粉 馬鈴薯でん粉 砂糖 食塩 調味料 PH調整剤
- ・ベーコン 乳蛋白 乳パウダー 大豆蛋白 豚肉 塩 砂糖 水飴
- ・ロースハム 卵蛋白 大豆蛋白 乳蛋白 豚肉 配合添加物
- ・ウインナー 大豆蛋白 豚肉 でん粉 塩 海藻粉末 香辛料 調味料
- ・焼き豚 乳蛋白 卵蛋白 大豆蛋白 しょうゆ 豚肉 水飴 砂糖 塩 香辛料 配合添加物
- ・カクテルゼリー 牛乳 脱脂粉乳 寒天 ブドウ糖 クチナシ色素 紅麴 ワイン 水飴 砂糖
- ・和風ドレッシング しょうゆ 酢 植物油 ブドウ糖 ゆず果汁 レモン果汁 アミノ酸 増粘剤 かつお節
- ・コールスロードレッシング 卵黄 乳成分(小麦粉 大豆を原材料に含む) 大豆油 酢 レモン汁 ガーリック パプリカ色素 ブドウ糖 果糖

\*エビ・カニが混ざる漁法で採取されています。