

○給食費は期限内に納めましょう。○食材の都合により献立の変更をすることがあります。

※しょうゆ、薄口しょうゆ、酢、特濃酢のアレルギー食材については、月始めで使用した日のみ記載しています。その日以降については記載していませんが、アレルギーは同じです。

※食材の産地については、沖縄市立学校給食センターのホームページに記載していますので、こちらにてご確認ください。

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
1日 (月) 鳥袋小 欠食	牛乳	牛乳			
	シーフードスパゲティ	ベーコン(ぶた肉、だいたず) イカ あさり	スパゲティ 米油	にんじん 玉ねぎ キャベツ マッシュルーム にんにく	白ワイン しょうゆ(小麦、だいたず) 塩 こしょう 七味唐辛子(ごま) ポークソート(とり肉、ぶた肉) 塩 こしょう
2日 (火)	ほうれん草ソテー	ウインナー(ぶた肉、だいたず)	マーガリン(乳、だいたず、ぶた肉) 米油 さつまいも だいたず油 三温糖 アーモンド	ほうれん草 コーン しめじ にんじん	シナモンパウダー 塩
	スイートポテトのシナモン揚げ				
3日 (水) ☆節分	牛乳	牛乳			
	麦ごはん	とうふ ぶたひき肉 だいたず 甜麺糖(小麦、だいたず、ごま) 赤みそ(だいたず)	米 麦 三温糖 ごま油 でんぶん 米油	大根 玉ねぎ にんじん 竹の子 長ねぎ たら 木くらげ しいたけ 生姜 にんにく	豆板醤 オイスターソース(だいたず) しょうゆ 塩
4日 (木)	ナムル	ハム(ぶた肉、だいたず、とり肉)	白ごま 三温糖 ごま油	もやし 小松菜 にんじん キャベツ 玉ねぎ 白菜 にんにく 生姜	しょうゆ 酢(小麦)
	もずく餃子 (小麦、ぶた肉、だいたず)	もずく ぶた肉	小麦粉 でんぶん		塩
5日 (金)	牛乳	牛乳			
	炊き込みおこわ	とり肉 油あげ	米 もち米 米油	わらび ぜんまい 竹の子 ぶき 木くらげ えのき草 にんじん ごぼう しいたけ	かつお節 しょうゆ 塩 酒 みりん
6日 (土)	ゆかり和え	糸けずり	三温糖	白菜 きゅうり 大根 にんじん もやし	ゆかり粉 酢 りんご酢 塩
	いわしの生巻焼き	いわし	三温糖	生姜	塩 こしょう 酒 しょうゆ みりん
7日 (日)	くだもの	くだもの			
	節分豆	だいたず			
8日 (月) ☆旧正月 中の町小 安原田小 聖川小 欠食	牛乳	牛乳			
	赤飯	ささげ	米 麦 米油 薄力粉 マーガリン(乳、だいたず、ぶた肉)	にんにく りんご 玉ねぎ にんじん ロリ ピーマン トマト マッシュルーム	ウスターソース(りんご、だいたず) ハヤシルウ(小麦、だいたず、牛肉) カレー粉 ケチャヤップ 赤ワイン 塩 とりがら
9日 (火)	牛乳	牛乳			
	コッパン	脱脂粉乳	小麦粉 さとう ショートニング(だいたず) 麦 じゃがいも 薄力粉 米油 マーガリン(乳、だいたず、ぶた肉)	玉ねぎ にんじん セロリ パセリ しめじ	塩 かつお節 ぶた骨 しょうゆ 塩 こしょう ぶた骨 塩 しょうゆ みりん 酒 かつお節 重曹 ベーキングパウダー
10日 (水)	ライスチヤウダー	ベーコン(ぶた肉、だいたず) 脱脂粉乳	米油	にんにく 玉ねぎ にんじん ピーマン	イースト 塩 カレー粉 塩 こしょう ぶた骨 とりがら
	チリコンカン	金時豆 ぶたひき肉 牛ひき肉 だいたず	米油		ケチャップ トマトソース(だいたず) ウスターソース(りんご、だいたず) チリミックス(小麦、乳、ぶた肉) 塩 チリパウダー タバスコ こしょう
11日 (木)	オムレツ(卵、小麦、だいたず)	卵	でんぶん 植物油		塩
	チーズ(中学生のみ)	チーズ			
12日 (金)	牛乳	牛乳			
	《中華丼》 ・麦ごはん	ぶた肉 イカ エビ うずらの卵	米 麦 三温糖 でんぶん 米油	白菜 チンゲン菜 にんじん 竹の子 ヤングコーン しいたけ 木くらげ 生姜 にんにく 玉ねぎ きゅうり にんじん	しょうゆ みりん 酒 塩 オイスターソース(だいたず) とりがら かつお節 しょうゆ 酢
13日 (土)	春雨サラダ	ハム(ぶた肉、だいたず、とり肉)	春雨 白ごま 三温糖 ごま油 紅いも もち粉 さとう ごま だいたず油		
	紅いも団子	牛乳	米 麦 米油	こんにやく ごぼう にんじん しいたけ ねぎ	しょうゆ 塩 酒 みりん かつお節
14日 (日)	牛乳	牛乳			
	かしわめし	とり肉 油あげ	三温糖 米油 ごま油	大根 にんじん れんこん 竹の子 いんげん こんにやく	しょうゆ 酒 みりん 塩 かつお節
15日 (月)	五目煮	ぶた肉 こんぶ だいたず ちきあぎ	三温糖 米油 ごま油		みりん 薄口しょうゆ
	鮭の西京焼き	鮭 甘白口みそ(だいたず)	三温糖	バナナ	
16日 (火)	バナナ				
	牛乳	牛乳			
17日 (水)	《沖縄そば》 ・そば麺		中力粉 サラダ油		塩 かん水
	・そば汁	ぶた肉 かまぼこ	米油	ねぎ しいたけ 生姜	みりん 酒 しょうゆ 塩 ぶた骨 かつお節
18日 (木)	魅イリチー	魅(小麦) 卵 ぶた肉		もやし にんじん 玉ねぎ キャベツ たら	塩 こしょう しょうゆ
	いも天ぷら		さつまいも 薄力粉 でんぶん 三温糖 だいたず油		塩

16日 (火)	牛乳 《セルフサンド》 ・バーガーパン ●コールスローサラダ(卵) ・照り焼きチキン ベジタブルスープ 牛乳 あわごはん さつま汁 ひじき炒め 鮭のちゃんちゃん焼き	牛乳 脱脂粉乳 とり肉 ペーゴン(ぶた肉、だいた) あさり 牛乳 とり肉 油あげ 赤・白みそ(だいた) ひじき ぶた肉 ちきあぎ だいた 鮭 白みそ(だいた)	小麦粉 さとう ショートニング(だいた) 胚芽 マヨネーズ(卵、だいた、りんご) 三温糖 じゃがいも マカロニ 米 あわ さつまいも 三温糖 米油 マヨネーズ(卵、だいた、りんご) 三温糖 米 麦 白ごま 米油 ごま油 米油 でんぷん 薄力粉 でんぷん だいた油 三温糖 ごま油 米 麦 じゃがいも 三温糖 米油 白ごま 三温糖 ごま油 さとう 小麦粉 さとう 黒糖 糖みつ ショートニング(だいた)	キャベツ きゅうり にんじん にんにく にんじん 玉ねぎ 白菜 セロリ いんげん トマト 大根 にんじん ごぼう しいたけ こんにやく 長ねぎ にんじん なら こんにやく 玉ねぎ にんじん ブロッコリー しめじ からし菜 にんじん 竹の子 木くらげ にんじん 玉ねぎ 白菜 小松菜 生姜 にんにく しめじ 長ねぎ にんにく 生姜 くだもの	イースト 塩 コールスローレシジング(卵、 だいた) 塩 赤ワイン みりん しょうゆ 塩 トマトソース(だいた) 塩 しょう しょうゆ とりがら
17日 (水)	牛乳 からし菜チャーハン 厚揚げと野菜の中巻炒め 魚のねぎソースかけ くだもの	牛乳 ハム(ぶた肉、だいた、とり肉) だいた 厚あげ ぶた肉 ホキ 牛乳 ぶた肉 しらすほし(エビ、カニ) ひじき だいた	米 麦 白ごま 米油 ごま油 でんぷん だいた油 三温糖 ごま油 米 麦 じゃがいも 三温糖 米油 白ごま 三温糖 ごま油 さとう	玉ねぎ にんじん いんげん こんにやく しいたけ コーン 小松菜 キャベツ きゅうり もやし にんじん にんじん 金美にんじん 大根 白菜 玉ねぎ ほうれん草 マツシユルム ブロッコリー カリアフラワー きゅうり にんじん コーン パセリ	イースト 塩 塩 しょうゆ 薄口しょうゆ 塩 かつお節 ぶた骨 とりがら しょうゆ 酢 イースト 塩 チキンブイヨン しょうゆ ベーキングパウダー しょうゆ 薄口しょうゆ 酒 みりん 塩 かつお節 みりん 塩 かつお節 しょうゆ かつお節エキスを 塩 しょうゆ 薄口しょうゆ かつお節 しょうゆ 塩 しょうゆ みりん 酒
19日 (金)	牛乳 麦ごはん 肉じゃが ●五色和え(エビ、カニ) 納豆(だいた、小麦) 牛乳 黒糖パン 冬野菜のシチュー ブロッコリーサラダ 魚のパン粉焼き	牛乳 ぶた肉 しらすほし(エビ、カニ) ひじき だいた 牛乳 脱脂粉乳 とり肉 生クリーム 脱脂粉乳 ツナ ホキ 牛乳 ハム(ぶた肉、だいた、とり肉) なると わかめ とりささみ 赤みそ(だいた) ぶた肉 牛乳 とり肉 油あげ ぶた肉 ちきあぎ 白みそ(だいた) 卵 とり肉 チーズ 牛乳 牛乳 もずく 厚揚げ ツナ さば 赤みそ(だいた)	米 麦 白ごま 米油 ごま油 でんぷん だいた油 三温糖 ごま油 米 麦 じゃがいも 三温糖 米油 白ごま 三温糖 ごま油 さとう	玉ねぎ にんじん いんげん こんにやく しいたけ コーン 小松菜 キャベツ きゅうり もやし にんじん にんじん 金美にんじん 大根 白菜 玉ねぎ ほうれん草 マツシユルム ブロッコリー カリアフラワー きゅうり にんじん コーン パセリ	イースト 塩 塩 しょうゆ 薄口しょうゆ 塩 かつお節 ぶた骨 とりがら しょうゆ 酢 イースト 塩 チキンブイヨン しょうゆ ベーキングパウダー しょうゆ 薄口しょうゆ 酒 みりん 塩 かつお節 みりん 塩 かつお節 しょうゆ かつお節エキスを 塩 しょうゆ 薄口しょうゆ かつお節 しょうゆ 塩 しょうゆ みりん 酒
22日 (月)	牛乳 紅いもごはん 島にんじんのみそ炒め 五目厚揚げ(卵、乳、 小麦、とり肉、だいた) くだもの 牛乳 あわごはん もずくのすまし汁 野菜炒め 魚のごまみそ焼き	牛乳 とり肉 油あげ ぶた肉 ちきあぎ 白みそ(だいた) 卵 とり肉 チーズ 牛乳 牛乳 もずく 厚揚げ ツナ さば 赤みそ(だいた)	米 麦 白ごま 米油 ごま油 でんぷん だいた油 三温糖 ごま油 米 麦 じゃがいも 三温糖 米油 白ごま 三温糖 ごま油 さとう	玉ねぎ にんじん いんげん こんにやく しいたけ コーン 小松菜 キャベツ きゅうり もやし にんじん にんじん 金美にんじん 大根 白菜 玉ねぎ ほうれん草 マツシユルム ブロッコリー カリアフラワー きゅうり にんじん コーン パセリ	イースト 塩 塩 しょうゆ 薄口しょうゆ 塩 かつお節 ぶた骨 とりがら しょうゆ 酢 イースト 塩 チキンブイヨン しょうゆ ベーキングパウダー しょうゆ 薄口しょうゆ 酒 みりん 塩 かつお節 みりん 塩 かつお節 しょうゆ かつお節エキスを 塩 しょうゆ 薄口しょうゆ かつお節 しょうゆ 塩 しょうゆ みりん 酒
23日 (火)	牛乳 《しょうゆラーメン》 ・中華麺 ・スープ パンパンジーサラダ 肉まん(小麦、ぶた肉、 だいた、とり肉) 牛乳 紅いもごはん 島にんじんのみそ炒め 五目厚揚げ(卵、乳、 小麦、とり肉、だいた) くだもの 牛乳 あわごはん もずくのすまし汁 野菜炒め 魚のごまみそ焼き	牛乳 とり肉 油あげ ぶた肉 ちきあぎ 白みそ(だいた) 卵 とり肉 チーズ 牛乳 牛乳 もずく 厚揚げ ツナ さば 赤みそ(だいた)	米 麦 白ごま 米油 ごま油 でんぷん だいた油 三温糖 ごま油 米 麦 じゃがいも 三温糖 米油 白ごま 三温糖 ごま油 さとう	玉ねぎ にんじん いんげん こんにやく しいたけ コーン 小松菜 キャベツ きゅうり もやし にんじん にんじん 金美にんじん 大根 白菜 玉ねぎ ほうれん草 マツシユルム ブロッコリー カリアフラワー きゅうり にんじん コーン パセリ	イースト 塩 塩 しょうゆ 薄口しょうゆ 塩 かつお節 ぶた骨 とりがら しょうゆ 酢 イースト 塩 チキンブイヨン しょうゆ ベーキングパウダー しょうゆ 薄口しょうゆ 酒 みりん 塩 かつお節 みりん 塩 かつお節 しょうゆ かつお節エキスを 塩 しょうゆ 薄口しょうゆ かつお節 しょうゆ 塩 しょうゆ みりん 酒
24日 (水)	牛乳 紅いもごはん 島にんじんのみそ炒め 五目厚揚げ(卵、乳、 小麦、とり肉、だいた) くだもの 牛乳 あわごはん もずくのすまし汁 野菜炒め 魚のごまみそ焼き	牛乳 とり肉 油あげ ぶた肉 ちきあぎ 白みそ(だいた) 卵 とり肉 チーズ 牛乳 牛乳 もずく 厚揚げ ツナ さば 赤みそ(だいた)	米 麦 白ごま 米油 ごま油 でんぷん だいた油 三温糖 ごま油 米 麦 じゃがいも 三温糖 米油 白ごま 三温糖 ごま油 さとう	玉ねぎ にんじん いんげん こんにやく しいたけ コーン 小松菜 キャベツ きゅうり もやし にんじん にんじん 金美にんじん 大根 白菜 玉ねぎ ほうれん草 マツシユルム ブロッコリー カリアフラワー きゅうり にんじん コーン パセリ	イースト 塩 塩 しょうゆ 薄口しょうゆ 塩 かつお節 ぶた骨 とりがら しょうゆ 酢 イースト 塩 チキンブイヨン しょうゆ ベーキングパウダー しょうゆ 薄口しょうゆ 酒 みりん 塩 かつお節 みりん 塩 かつお節 しょうゆ かつお節エキスを 塩 しょうゆ 薄口しょうゆ かつお節 しょうゆ 塩 しょうゆ みりん 酒
25日 (木)	牛乳 あわごはん もずくのすまし汁 野菜炒め 魚のごまみそ焼き	牛乳 とり肉 油あげ ぶた肉 ちきあぎ 白みそ(だいた) 卵 とり肉 チーズ 牛乳 牛乳 もずく 厚揚げ ツナ さば 赤みそ(だいた)	米 麦 白ごま 米油 ごま油 でんぷん だいた油 三温糖 ごま油 米 麦 じゃがいも 三温糖 米油 白ごま 三温糖 ごま油 さとう	玉ねぎ にんじん いんげん こんにやく しいたけ コーン 小松菜 キャベツ きゅうり もやし にんじん にんじん 金美にんじん 大根 白菜 玉ねぎ ほうれん草 マツシユルム ブロッコリー カリアフラワー きゅうり にんじん コーン パセリ	イースト 塩 塩 しょうゆ 薄口しょうゆ 塩 かつお節 ぶた骨 とりがら しょうゆ 酢 イースト 塩 チキンブイヨン しょうゆ ベーキングパウダー しょうゆ 薄口しょうゆ 酒 みりん 塩 かつお節 みりん 塩 かつお節 しょうゆ かつお節エキスを 塩 しょうゆ 薄口しょうゆ かつお節 しょうゆ 塩 しょうゆ みりん 酒
26日 (金) 安藤田小 特別支援 学級欠食	牛乳 《タコライス》 ・麦ごはん ・タコスミート ・キャベツ&トマト ・チーズ 中華コーンスープ くだもの 牛乳 麦ごはん 煮つけ アーモンドみそ さんまの塩焼き	牛乳 とり肉 厚あげ こんぶ ちきあぎ しらすほし(エビ、カニ) 糸けずり 赤・白みそ(だいた) さんま	米 麦 白ごま 米油 ごま油 でんぷん だいた油 三温糖 ごま油 米 麦 じゃがいも 三温糖 米油 白ごま 三温糖 ごま油 さとう	玉ねぎ にんじん いんげん こんにやく しいたけ コーン 小松菜 キャベツ きゅうり もやし にんじん にんじん 金美にんじん 大根 白菜 玉ねぎ ほうれん草 マツシユルム ブロッコリー カリアフラワー きゅうり にんじん コーン パセリ	イースト 塩 塩 しょうゆ 薄口しょうゆ 塩 かつお節 ぶた骨 とりがら しょうゆ 酢 イースト 塩 チキンブイヨン しょうゆ ベーキングパウダー しょうゆ 薄口しょうゆ 酒 みりん 塩 かつお節 みりん 塩 かつお節 しょうゆ かつお節エキスを 塩 しょうゆ 薄口しょうゆ かつお節 しょうゆ 塩 しょうゆ みりん 酒
29日 (金) 山内中 欠食	牛乳 麦ごはん 煮つけ アーモンドみそ さんまの塩焼き	牛乳 とり肉 厚あげ こんぶ ちきあぎ しらすほし(エビ、カニ) 糸けずり 赤・白みそ(だいた) さんま	米 麦 白ごま 米油 ごま油 でんぷん だいた油 三温糖 ごま油 米 麦 じゃがいも 三温糖 米油 白ごま 三温糖 ごま油 さとう	玉ねぎ にんじん いんげん こんにやく しいたけ コーン 小松菜 キャベツ きゅうり もやし にんじん にんじん 金美にんじん 大根 白菜 玉ねぎ ほうれん草 マツシユルム ブロッコリー カリアフラワー きゅうり にんじん コーン パセリ	イースト 塩 塩 しょうゆ 薄口しょうゆ 塩 かつお節 ぶた骨 とりがら しょうゆ 酢 イースト 塩 チキンブイヨン しょうゆ ベーキングパウダー しょうゆ 薄口しょうゆ 酒 みりん 塩 かつお節 みりん 塩 かつお節 しょうゆ かつお節エキスを 塩 しょうゆ 薄口しょうゆ かつお節 しょうゆ 塩 しょうゆ みりん 酒