

平成28年 3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
第二調理場
TEL:098-937-2700

●食材、その他の都合により、材料や献立の変更をすることがあります。
●醤油は(小麦・大豆)、酢、特濃酢は(小麦)の成分を含んでいます。月はじめで使用した日のみ(小麦・大豆)、(小麦)と表示していません。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。

曜日	献立名	赤の食品 (主に体を作る)	黄の食品 (主にエネルギーになる)	緑の食品 (主に体の調子を整える)	調味料
1日 (火)	牛乳	牛乳	中華めん(小麦) でん粉 ごま油(ごま・大豆)	きくらげ しいたけ 人参 白菜 にら にんにく しょうが	豚骨 チキンブイヨン(鶏肉) 醤油(小麦・大豆) 塩 こしょう
	中華あんかけめん	豚肉 えび いか うずらの卵			
	肉まん	肉まん(小麦・豚肉・大豆・鶏肉)			
	もやしときゅうりの ピリ辛あえ		ごま油(ごま・大豆) 三温糖	もやし きゅうり にんにく しょうが	キムチの素(大豆・小麦) 酢(小麦) 醤油 塩
2日 (水)	牛乳	牛乳	小麦粉 砂糖 ショートニング(大豆) 大豆油 黒糖 アーモンド粉末 三温糖		塩 イースト
	揚げパン	脱脂粉乳 きな粉(大豆)			
	ビーフシチュー	牛肉	大豆油 じゃがいも 小麦粉 マーガリン(乳・大豆・豚肉)	玉葱 人参 にんにく ピーマン マッシュルーム トマトピュレ	デミグラスソース(小麦・乳・牛 肉・大豆・鶏肉・豚肉) 赤ワイン ハヤシルウ(小麦・大豆・牛肉) 鶏ガラ 塩 こしょう 塩
	とうもろこし			とうもろこし	
3日 (木)	牛乳	牛乳	米 植物油 脂 砂糖	れんこん たけのこ 人参 かんぴょう 桜の花	醤油 みりん 酢 塩 エキスとして(かつお節・煮干 し・昆布・鶏肉)
	桜ちらし	しらす(えび)			かつお節 醤油 塩
	菊入りすまし汁	ササミ(鶏肉) 茎わかめ		大根 人参 菊 しょうが みつば	塩 こしょう
	鯖の塩焼き	さば			醤油 酢
4日 (金)	牛乳	牛乳	ごま 三温糖	小松菜 もやし 人参	
	麦ごはん		ひなめられ(小麦・大豆)		
	まぐろカツカレー 【まぐろカツとカレーは 別に入られています】	まぐろ 豚ひき肉	小麦粉 パン粉(小麦) 大豆油 じゃがいも 大豆油 小麦粉 マーガリン(乳・大豆・豚肉)	玉葱 セロリ 人参 ピーマン にんにく	塩 こしょう カレー粉 塩 こしょう
	福神漬		砂糖	大根 きゅうり なす れんこん しょうが なた豆 しそ 椎茸	醤油 酢 塩
7日 (月)	フルーツ白玉		カラフルボール(大豆)	ミックスフルーツ(佐詰:黄桃(も も)・洋梨・ぶどう・パイナップル・ チェリー・みかん・砂糖) シークワーサー果汁	
	牛乳	牛乳			
	タコライス ・表ごはん ・タコライスミート	牛ひき肉 豚ひき肉 大豆	米 麦 大豆油	にんにく 人参 玉葱 セロリ ピーマン トマト	チリパウダー(小麦・乳・豚肉) チリソース(りんご・鶏肉・大豆) ウスターソース(大豆・りんご) パプリカ粉 塩
	・キャベツ ・ブチトマト ・チーズ	チーズ(乳)		キャベツ ブチトマト	
8日 (火)	レタススープ	ベーコン(豚肉・大豆)		人参 玉葱 コーン レタス 糸寒天	鶏ガラ 醤油 塩 こしょう 白ワイン
	アーモンド		アーモンド コーン油 なたね油		塩
	牛乳	牛乳	米 麦		
	煮つけ 豚肉のみそ焼き	鶏肉 こんぶ 厚揚げ(大豆) ちぎあぎ(魚肉すり身) 豚肉 白みそ(大豆)	三温糖 大豆油	大根 こんにゃく ごぼう 人参 いんげん	かつお節 醤油 みりん
いんげんのおかかあえ	糸けずり	ごま 三温糖 ごま	いんげん 人参 コーン	みりん 酒 醤油	

9日(水)	牛乳 ひじきごはん ごぼうのみそ炒め 鶏肉のから揚げ くだもの	牛乳 豚肉 ひじき ちきあぎ(魚肉すり身) 豚肉 厚揚げ(大豆) 白みそ(大豆) 鶏肉	米 大豆油 ごま 三温糖 大豆油 でん粉 大豆油	椎茸 人参 ごぼう ねぎ ごぼう 人参 なら にんにく いよかん	かつお節 醤油 みりん 酒 みりん 塩 こしょう
10日(木)	牛乳 麦ごはん クーブイリチー イナムドゥチ きゅうりの甘酢あえ	牛乳 昆布 豚肉 油揚げ(大豆) 豚肉 かまぼこ(魚肉すり身) 甘口白みそ	米 麦 大豆油 三温糖	切り干し大根 人参 なら たけのこ こんにやく しいたけ しょうが きゅうり 大根 人参	かつお節 醤油 みりん 酒 塩 豚骨 かつお節 塩 醤油 酢 塩
11日(金)	牛乳 ミートスパゲティ ブロッコリーサラダ 焼きじゃがバター アニマルチーズ	牛乳 豚ひき肉 牛ひき肉 大豆 ツナレーク	スパゲティ(小麦) オリーブ油 じゃがいも バター(乳) チーズ(乳)	人参 玉葱 ピーマン にんにく トマト ブロッコリー きゅうり コーン	ケチャップ ウスターソース(大豆・りんご) 塩 こしょう 塩 塩ドレッシング(大豆・ごま)
14日(月)	牛乳 あわごはん マーボー豆腐 ひじきしゅうまい 糸寒天サラダ	牛乳 豆腐(大豆) 豚ひき肉 赤みそ(大豆) ひじきしゅうまい(豚肉・鶏肉・大豆・小麦) ササミ(鶏肉) 茎わかめ	米 あわ ごま油(ごま・大豆) でん粉 ごま ごま油(ごま・大豆)	人参 玉葱 なら きくらげ 椎茸 にんにく しょうが 糸寒天 人参 きゅうり シークワーサー果汁	かつお節 チキンブイヨン(鶏肉) オイスターソース(かき) 豆板醤(小麦・大豆・ごま) ポン酢(酢) 塩
15日(火)	牛乳 えびピラフ ほうれん草サラダ チキンの照り焼き くだもの	牛乳 えび 無添加ベーコン(豚肉・大豆) ササミ(鶏肉) 鶏肉	米 大豆油 ごま 三温糖	人参 ピーマン しめじ コーン 青豆 にんにく ほうれん草 人参 もやし にんにく ブルーーン	チキンブイヨン(鶏肉) 醤油 塩 こしょう フレンチドレッシング 醤油 みりん 酒
16日(水)	牛乳 野菜そば 人参シリンジー カップ入りもずく パイン缶詰	牛乳 豚肉 ツナフレーク 厚揚げ(大豆) もずく(えび・かに)	沖繩そば(小麦) 大豆油 大豆油 三温糖 砂糖	しょうが 玉葱 なら 人参 もやし キャベツ きくらげ にんにく 人参 玉葱 なら しょうが シークワーサー果汁 パイン	豚骨 鶏ガラ かつお節 醤油 塩 こしょう 七味唐辛子(ごま) 醤油 みりん 塩 こしょう 酢 醤油 かつお節 みりん
17日(木)	牛乳 バーガーパン ハンバーグ スライスチーズ 白菜のクリーム煮 くだもの	牛乳 脱脂粉乳(乳) ハンバーグ(鶏肉・豚肉・小麦・大豆) チーズ(乳) 鮭 生クリーム(乳)	小麦粉 砂糖 ショートニング(大豆) じゃがいも マカロニ(小麦) 大豆油	白菜 玉葱 人参 しめじ コーン 小松菜 にんにく いちご	チキンブイヨン(鶏肉) 塩 ホワイトルウ(小麦・乳・大豆・鶏肉・牛肉) こしょう イースト・食塩
18日(金)	牛乳 あわごはん 芋の子汁 さんまのかば焼き 大根葉イリチー	牛乳 鶏肉 赤・白みそ(大豆) さんま 厚揚げ(大豆) ツナフレーク	米 あわ 里芋 小麦粉 でん粉 三温糖 ごま 大豆油 ごま	大根 人参 ごぼう ねぎ しょうが 大根葉 人参	かつお節 塩 醤油 みりん 酒 醤油 塩
22日(月)	牛乳 ピザトースト ヌードルスープ ポテトサラダ お楽しみケーキ	牛乳 脱脂粉乳(乳) チーズ(乳) 無添加ハム(豚肉・大豆) ササミ(鶏肉)	小麦粉 砂糖 ショートニング(大豆) スパゲティ(小麦) 大豆油 じゃがいも クッキー(乳・卵・小麦・大豆)	玉葱 ピーマン 赤ピーマン マッシュルーム コーン 玉葱 人参 パセリ 人参 きゅうり	イースト 食塩 ピザソース(大豆) チキンブイヨン(鶏肉) 塩 こしょう 卵抜きマヨネーズ 塩 こしょう

平成28年 3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
第二調理場
TEL:098-937-2700

- 食材、その他の都合により、材料や献立の変更をすることがあります。
- 醤油は(小麦・大豆)、酢、特濃酢は(小麦)の成分を含んでいます。月はじめで使用した日のみ(小麦・大豆)、(小麦)と表示しています。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。

曜日	献立名	赤の食品 (主に体を作る)	黄の食品 (主にエネルギーになる)	緑の食品 (主に体の調子を整える)	調味料
1日 (火)	牛乳	牛乳			
	中華あんかけめん	豚肉 えび いか うずらの卵	中華めん(小麦) でん粉 ごま油(ごま・大豆)	きくらげ しいたけ 人参 白菜 にら にんにく しょうが	豚骨 チキンブイヨン(鶏肉) 醤油(小麦・大豆) 塩 こしょう
	肉まん	肉まん(小麦・豚肉・大豆・鶏肉)			
	もやしときゅうりの ピリ辛あえ		ごま油(ごま・大豆) 三温糖	もやし きゅうり にんにく しょうが	キムチの素(大豆・小麦) 酢(小麦) 醤油 塩
2日 (水)	牛乳	牛乳			
	揚げパン	脱脂粉乳 きな粉(大豆)	小麦粉 砂糖 ショートニング(大豆) 大豆油 黒糖 アーモンド粉末 三温糖		塩 イースト
	ビーフシチュー	牛肉	大豆油 じゃがいも 小麦粉 マーガリン(乳・大豆・豚肉)	玉葱 人参 にんにく ピーマン マッシュルーム トマトピュレ	デミグラスソース(小麦・乳・牛 肉・大豆・鶏肉・豚肉) 赤ワイン ハヤシルウ(小麦・大豆・牛肉) 鶏ガラ 塩 こしょう 塩
	とうもろこし			とうもろこし	
3日 (木)	牛乳	牛乳			
	桜ちらし	しらす(えび)	米 植物油 砂糖	れんこん たけのこ 人参 かんぴょう 桜の花	醤油 みりん 酢 塩 エキスとして(かつお節・煮干 し・昆布・鶏肉)
	菊入りすまし汁	ササミ(鶏肉) 茎わかめ		大根 人参 菊 しょうが みつば	かつお節 醤油 塩
	鯖の塩焼き	さば			塩 こしょう
4日 (金)	小松菜のごまあえ	糸けずり	ごま 三温糖	小松菜 もやし 人参	醤油 酢
	ひなあられ		ひなあられ(小麦・大豆)		
	牛乳	牛乳			
	麦ごはん まぐろカツカレー ・まぐろカツ ・カレー 【まぐろカツとカレーは 別に入れてられています】	まぐろ 豚ひき肉	米 麦 小麦粉 パン粉(小麦) 大豆油 じゃがいも 大豆油 小麦粉 マーガリン(乳・大豆・豚肉)	玉葱 セロリ 人参 ピーマン にんにく	塩 こしょう カレー粉(小麦・大豆・鶏肉・ 牛肉) ウスターソース(大豆・ りんご) カレー粉 塩 こしょう
7日 (月)	福神漬け		砂糖	大根 きゅうり なす れんこん しょうが なた豆 しそ 椎茸	
	フルーツ白玉		カラフルボール(大豆)	ミックスフルーツ缶詰・黄桃(も も)・洋梨・ぶどう・パイナップル チェリー・みかん・砂糖 シークワーサー果汁	
	牛乳	牛乳			
	タコライス ・麦ごはん ・タコライスミート ・キャベツ ・ブチトマト ・チーズ	牛ひき肉 豚ひき肉 大豆 チーズ(乳)	米 麦 大豆油	にんにく 人参 玉葱 セロリ ピーマン トマト キャベツ ブチトマト	チリパウダー(小麦・乳・豚肉) チリソース(りんご・鶏肉・大豆) ウスターソース(大豆・りんご) パプリカ粉 塩
8日 (火)	レタススープ	ベーコン(豚肉・大豆)		人参 玉葱 コーン レタス 糸寒天	鶏ガラ 醤油 塩 こしょう 白ワイン
	アーモンド		アーモンド コーン油 なたね油		塩
	牛乳	牛乳			
	麦ごはん	鶏肉 こんぶ 厚揚げ(大豆) ちきあぎ(魚肉すり身) 豚肉 白みそ(大豆) 糸けずり	米 麦 三温糖 大豆油 ごま 三温糖 ごま	大根 こんにゃく ごぼう 人参 いんげん いんげん 人参 コーン	かつお節 醤油 みりん みりん 酒 醤油

9(水)	牛乳 ひじきごはん ごぼうのみそ炒め 鶏肉のから揚げ くだもの	牛乳 豚肉 ひじき ちきあぎ(魚肉すり身) 豚肉 厚揚げ(大豆) 白みそ (大豆) 鶏肉	米 大豆油 ごま 三温糖 大豆油 でん粉 大豆油	椎茸 人参 ごぼう ねぎ ごぼう 人参 なら にんにく いよかん	かつお節 醤油 みりん 酒 みりん 塩 しょう
10日 (木)	牛乳 麦ごはん クープイリチー イナムドゥチ きゅうりの甘酢あえ	牛乳 昆布 豚肉 油揚げ(大豆) 豚肉 かまぼこ(魚肉すり身) 甘口白みそ	米 麦 大豆油 三温糖	切り干し大根 人参 なら たけのこ こんにやく しいたけ しょうが きゅうり 大根 人参	かつお節 醤油 みりん 酒 塩 豚骨 かつお節 塩 醤油 酢 塩
11日 (金)	牛乳 ミートスパゲティ ブロッコリーサラダ 焼きじゃがバター アニマルチーズ 中学3年生のみケーキ	牛乳 豚ひき肉 牛ひき肉 大豆 ツナレーク 卵 牛乳 生クリーム(乳)	スパゲティ(小麦) オリーブ油 じゃがいも バター(乳) チーズ(乳) バター(乳) チョコチップ 米油 ココア	人参 玉葱 ピーマン にんにく トマト ブロッコリー きゅうり コーン	ケチャップ ウスターソース(大 豆・りんご) 塩 しょう 塩ドレッシング(大豆・ごま) 塩 ベーキングパウダー
15日 (火)	牛乳 えびピラフ ほうれん草サラダ チキンの照り焼き くだもの	牛乳 えび 無添加ベーコン(豚肉・大豆) ササミ(鶏肉) 鶏肉	米 大豆油 ごま 三温糖	人参 ピーマン しめじ コーン 青豆 にんにく ほうれん草 人参 もやし にんにく ブルーーン	チキンフイヨン(鶏肉) 醤油 塩 しょう フレッシュドレッシング 醤油 みりん 酒
16日 (水)	牛乳 野菜そば 人参シリシリー カップ入りもずく パイナップル	牛乳 豚肉 ツナフレーク 厚揚げ(大豆) もずく(えび・かに)	沖縄そば麺(小麦) 大豆油 大豆油 三温糖 砂糖	しょうが 玉葱 なら 人参 もやし キヤベツ きくらげ にんにく 人参 玉葱 なら しょうが シークワーサー果汁 パイナップル	豚骨 鶏ガラ かつお節 醤油 塩 しょう 七味唐辛子(ごま) 醤油 みりん 塩 しょう 酢 醤油 かつお節 みりん
17日 (木)	牛乳 バーガーパン ハンバーグ スライスチーズ 白菜のクリーム煮 お楽しみケーキ	牛乳 脱脂粉乳(乳) ハンバーグ(鶏肉・豚肉・小麦・ 大豆) チーズ(乳) 鮭 生クリーム(乳)	小麦粉 砂糖 ショートニング(大豆) じゃがいも マカロニ(小麦) 大豆油 ケーキ(乳・卵・小麦・大豆)	イースト・食塩	チキンフイヨン(鶏肉) 塩 ホワイトルウ(小麦・乳・大豆・ 鶏肉・牛肉) しょう