



1. 予定(アレルギー詳細)献立表は、食品表示法に定められている28品目を表示しています。

特定原材料(義務表示)7品目	特定原材料に準ずるもの(推奨表示)21品目
卵 乳 小麦 そば 落花生 えび かに	アーモンド あわび いか いくら さけ さば 牛肉 鶏肉 豚肉 ゼラチン 大豆 ごま くるみ カシューナッツ 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。

()内の食品は対応アレルゲンを表示しています。

※除去食の対応アレルゲンは下記の7品目です。除去食の提供はアレルゲン7品目を含む

和え物(サラダ、フルーツ和えを含む)・炒め物・煮物(カレー・シチュー麺類を含む)・汁物・ご飯物などです。

除去食対応アレルゲン7品目	卵 乳 えび かに いか たこ ごま
---------------	--------------------

3. 加工食品は、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」が混入することがあります。

6. あさりなどの二枚貝には「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。









8. 調味料欄に表示がなくても、塩、こしょう、砂糖、酒、酢(小麦)、しょうゆ(小麦、大豆)、みりん、でんぷん、大豆油を使用する場合があります。

9. オイスターソースにはかきエキスが含まれています。

※献立表は、沖縄市立学校給食センターホームページに毎月記載してあります。

※毎週木曜日は幼稚園欠食です。

日	献立名	赤の食品 <small>(おもに体をつくるもとになる)</small>	黄の食品 <small>(おもにエネルギーのもとになる)</small>	緑の食品 <small>(おもに体の調子を整えるもとになる)</small>	調味料
1日 (水) 絵本 献立	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	むぎ 麦ごはん		米、麦		
	おでん	ちくわ、豚足(豚肉)、 厚揚げ(大豆)、ボール 天、昆布	三温糖	大根、にんじん、こんにゃく、 小松菜、しいたけ	しょうゆ(小麦、大豆)、みりん、 酒、塩、かつお節、チキンブイヨン(鶏肉)
	おでん のおつま ま	鶏肉	ノンエッグマヨネーズ(大豆)、 三温糖	ごぼう、にんじん、きゅうり、 コーン	しょうゆ、酢(小麦)
	さんまの梅煮	さんま	さとう、でん粉	梅肉	しそ抽出液、しょうゆ(小麦、大豆)、 本みりん、塩
2日 (木)	牛乳	牛乳			
	高菜ごはん	豚肉、油揚げ(大豆)	米、麦、ごま油、大豆油	高菜漬(大豆)、にんじん、 小松菜、コーン	しょうゆ、酒、みりん、塩、 かつお節、豚骨
	五目きんぴら	豚肉	三温糖、ごま油、大豆油	ごぼう、にんじん、れんこん、 こんにゃく、生姜	しょうゆ、酒、みりん、 かつお節
	やき魚のシークワー ソースかけ	さば	三温糖	シークワサー果汁	酒、酢
	せつぶんまめ 節分豆	大豆	さとう		
3日 (金)	牛乳	牛乳			
	こくろ 黒糖パン		黒糖パン(小麦、乳、大豆)		
	ヌードルスープ	鶏肉	スパゲッティ(小麦)	たまねぎ、キャベツ、にんじん、 セロリ、マッシュルーム	パセリ、塩、こしょう、豚骨、 酒
	ロモサルタード	牛肉、レンズ豆	フライドポテト(大豆)、 大豆油、オリーブ油	たまねぎ、赤ピーマン、 トマト	おろしにんにく、しょうゆ、 塩、こしょう、オレガノ、酒
	いちご			いちご	

日	献立名	赤の食品 <small>(おもに体をつくるものになる)</small>	黄の食品 <small>(おもにエネルギーのもとになる)</small>	緑の食品 <small>(おもに体の調子を整えるものになる)</small>	調味料
6日 (月) 室川幼 室川小 欠食	牛乳	牛乳			
	 麦ごはん		米、麦		
	●ハヤシライス(乳)	牛肉	小麦粉、バター(乳)、大豆油	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、セロリ、ピーマン、トマト	おろしにんにく、ウスターソース、赤ワイン、りんごピューレー、カレー粉、ハヤシルウ(小麦、大豆、牛肉)、ケチャップ、豚骨
	フルーツポンチ		ピーチゼリー(もも、りんご)、三温糖、サイダー風ゼリー	パイン、黄桃(もも)、みかん、シークワーサー果汁	
 リクエスト献立	オムレツ	液卵白(卵)、乾燥卵、ゼラチン、大豆	果糖ぶどう糖液糖、加工でん粉		塩
7日 (火) リクエスト献立	牛乳	牛乳			
	 中華めん(小袋)		中華めん(小麦、大豆)		
	みそラーメン	豚肉、大豆、なると、白みそ(大豆)、赤みそ(大豆)	ごま油、大豆油	長ねぎ、コーン、きくらげ、にんにく、生姜、チンゲンサイ、もやし	酒、ポークフィヨン(鶏肉、豚肉)、かつお節、塩、豚骨
	 ほうれん草の和え物	しらす干し、ちくわ	三温糖、ごま油	ほうれんそう、にんじん、白菜、きゅうり	しょうゆ、特濃酢(小麦)、塩
はるま春巻き	豚肉、たん白加水分解物(小麦)	大豆油、植物油脂(大豆)、豚脂(豚肉)、はるさめ、でん粉、小麦粉、ショートニング(大豆)、さとう、米粉、粉あめ	にんじん、たまねぎ、キャベツ、しいたけ	しょうゆ(小麦、大豆)、しょうがペースト、ポークフィヨン(豚肉)、ポークエキス(豚肉)、発酵調味料、酵母エキス、塩、香辛料	
アガラサー(中学のみ)		小麦粉、黒糖、加工黒糖(粗糖、黒糖、糖蜜)		重曹、ベーキングパウダー	
8日 (水)	牛乳	牛乳			
	 麦ごはん		米、麦		
	 麻婆大根	沖縄豆腐(大豆)、豚肉、豚レバー、大豆、赤みそ(大豆)	三温糖、ごま油、でん粉、大豆油	大根、たまねぎ、にんじん、長ねぎ、きくらげ、しいたけ、生姜、にんにく	豆板醤、テンメンジャン(小麦、大豆)、しょうゆ、酒
	ナムル		三温糖、ごま油	パパイア、小松菜、にんじん、きゅうり、きくらげ	しょうゆ、特濃酢、塩
	ぎょうざ	豚肉、鶏肉、大豆粉、粉末植物性たん白(大豆)	豚脂(豚肉)、でん粉加工食品、さとう、小麦粉、植物油脂(大豆)、水あめ、ぶどう糖、加工でん粉	キャベツ、たまねぎ、にら、	しょうゆ(小麦、大豆)、塩、酵母エキス、しょうがペースト、香辛料、酢(小麦)、発酵調味料、乳化剤(大豆)
フルーツ杏仁風プリン	豆乳加工品(大豆)	果糖ぶどう糖液糖、水あめ、加工でん粉	ももピューレ(もも)、あんず濃縮果汁	ドロマイト、糊料(りんご)	
9日 (木)	牛乳	牛乳			
	なかよしパン(バター)		なかよしバターパン(小麦、乳、大豆)		
	ポトフ	ウインナー(豚肉)	じゃがいも、大豆油	大根、いんげん、にんじん、たまねぎ、白菜	チキンフィヨン(鶏肉)、パセリ、塩、こしょう、豚骨
	チリコンカン	豚肉、牛肉、豚レバー、大豆	三温糖、小麦粉、大豆油	たまねぎ	トマトソース(大豆)、ケチャップ、ウスターソース、おろしにんにく、塩、チリパウダー、カレー粉、酒
	りんご(中学のみ)			りんご	
スライスチーズ	チーズ(乳)				
10日 (金)	牛乳	牛乳			
	 麦ごはん		米、麦		
	もずくのすまし汁	もずく、絹ごし豆腐(大豆)		にんじん、ねぎ、えのきたけ、しいたけ	しょうゆ、みりん、塩、かつお節、だし昆布
	 豆腐チャンプルー	ツナ、沖縄豆腐(大豆)	大豆油	キャベツ、にんじん、小松菜、もやし	塩、しょうゆ
	ゆーりんちー油淋鶏	鶏肉	大豆油、米粉、でん粉、三温糖	長ねぎ	塩、こしょう、酒、おろししょうが、おろしにんにく、しょうゆ、酢
アガラサー(幼・小学のみ)		小麦粉、黒糖、加工黒糖(粗糖、黒糖、糖蜜)		重曹、ベーキングパウダー	

日	献立名	赤の食品	黄の食品	緑の食品	調味料
		(おもに体をつくるものになる)	(おもにエネルギーのもとになる)	(おもに体の調子を整えるものになる)	
13日 (月)	牛乳	牛乳			
	ゆかりごはん		米、麦		ゆかり
	こんがい 根菜のみそ汁	鶏肉、油揚げ(大豆)、赤みそ(大豆)、白みそ(大豆)	じゃがいも、さつまいも	大根、にんじん、しいたけ、ほうれんそう、長ねぎ	塩、かつお節、だし昆布、酒
	せんぎ 干切りイリチー	昆布、豚肉、チキアギ(大豆)	三温糖、大豆油	切干大根、にんじん、こんにゃく、しいたけ	みりん、しょうゆ、かつお節、酒
	わふうにくだんご 和風肉団子	鶏肉、粒状植物性たん白(大豆)、	豚脂(豚肉)、さとう、ぶどう糖、なたね油、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、植物油	たまねぎ	にんにくペースト、酵母エキス、塩、香辛料、しょうがペースト、酒、小麦不使用しょうゆ(大豆)、酢、オイスターエキス調味料
14日 (火)	牛乳	牛乳			
	カレーうどん	豚肉、なると、油揚げ(大豆)	うどん(小麦)	にんじん、たまねぎ、キャベツ、小松菜、長ねぎ、しいたけ	カレールウ(小麦、大豆、鶏肉、牛肉)、カレー粉、塩、かつお節、みりん、酒、しょうゆ
	ごぼうのあも 和え物	ツナ	三温糖、オリーブ油	ごぼう、きゅうり、コーン	フレンチドレッシング、特濃酢、塩、こしょう
	ハンバーグのおろしソースかけ	ハンバーグ(大豆、鶏肉、豚肉)	三温糖、でん粉	大根、シークワサー果汁	しょうゆ、酢、みりん
	バレンタインデザート こめこ (米粉のカップケーキ)	豆乳(大豆)、豆乳加工品(大豆)、大豆粉、寒天	さとう、果糖ぶどう糖液糖、水あめ、米粉、植物油、還元水あめ、ショートニング、デキストリン、加工でん粉		ココアパウダー
15日 (水)	牛乳	牛乳			
	チャーハン	ウインナー(豚肉)、ハム(豚肉、大豆)	米、麦、大豆油	高菜漬(大豆)、にんじん、からし菜、しいたけ	しょうゆ、酒、塩、かつお節、チキンブイヨン(鶏肉)、おろしにんにく、おろししょうが
	ちゅうがいた 中華炒め	豚肉	ごま油、でん粉、大豆油	チンゲンサイ、白菜、にんじん、たまねぎ、しめじ、たけのこ、にんにく、生姜	オイスターソース、しょうゆ、酒、みりん
	きびなごのチリソースかけ	きびなご	大豆油、三温糖、でん粉、加工でん粉、小麦粉	長ねぎ、たまねぎ、トマト	おろししょうが、おろしにんにく、しょうゆ、みりん、ケチャップ、豆板醬、塩、こしょう、チキンブイヨン(鶏肉)、塩こしょう
	いちごクレープ	豆乳(大豆)、調整豆乳粉末(大豆)	さとう、加工油脂、米粉、水あめ、植物油(大豆)、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、麦芽糖	いちごピューレ、いちご果汁、レモン果汁	乳化剤(大豆)
16日 (木)	牛乳	牛乳			
	くろこめこ 黒米粉パン		黒米粉パン(小麦、乳、大豆)		
	●クラムチャウダー(乳)	あさり、白いんげん豆、脱脂粉乳	じゃがいも、小麦粉、バター(乳)、大豆油	にんじん、たまねぎ、マッシュルーム	白ワイン、パセリ、塩、こしょう、豚骨
	ピーンズサラダ	ひよこ豆、レッドキドニー、白いんげん豆、ベーコン(豚肉)	三温糖、ごま油	キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン	塩、しょうゆ、りんご酢(りんご)、酢
	とりにく 鶏肉のシークワサー風味焼き	鶏肉	三温糖、大豆油	シークワサー果汁	しょうゆ、みりん
けんさん 県産たんかんスティックジャム		さとう、水あめ	タンカン果汁、レモン果汁	ゲル化剤(りんご)	
17日 (金) 中の町 幼 欠食 琉球料 理の日 献立	牛乳	牛乳			
	むぎ 麦ごはん		米、麦		
	イナムドッチ	豚肉、黄色かまぼこ(大豆)、甘口みそ(大豆)	大豆油	大根、こんにゃく、しいたけ、ねぎ	かつお節、豚骨、酒
	うめ あ 梅かつお和え	糸けずり	三温糖	もやし、小松菜、にんじん、梅肉(大豆、りんご)	しょうゆ
	ウムクジアンダギー		大豆油、紅芋、もち粉、三温糖、トレハロース		
あじつ 味付けのり	のり	さとう		塩、みりん、しょうゆ(小麦、大豆)、調味料(ゼラチン)、香辛料	

日	献立名	赤の食品	黄の食品	緑の食品	調味料
		(おもに体をつくるものになる)	(おもにエネルギーのものになる)	(おもに体の調子を整えるものになる)	
20日 (月)	牛乳	牛乳			
	クファージュシー	豚肉、昆布、大豆、白かまぼこ	米、大豆油	にんじん、ごぼう、ねぎ、しいたけ	しょうゆ、酒、塩、かつお節、ポークブイヨン(鶏肉、豚肉)
	とうがん に 冬瓜の煮つけ	鶏肉、厚揚げ(大豆)、ちくわ	里芋、三温糖、大豆油	冬瓜、にんじん、こんにゃく、しいたけ、いんげん	しょうゆ、みりん、酒、塩、かつお節
	けんさん あつや たまご 県産アーサ厚焼き卵	鶏卵(卵)、あおさ	糖類、でん粉、なたね油		しょうゆ(小麦、大豆)、かつおエキス、濃縮煮干だし、塩
食育の日献立	りんごカット(幼・小のみ)			りんご	
21日 (火)	牛乳	牛乳			
	ミートスパゲティ	牛肉、豚肉、豚レバー	スパゲティ(小麦)、三温糖、大豆油	にんじん、たまねぎ、ピーマン、にんにく、マッシュルーム	トマトピューレー、ケチャップ、ウスターソース、こしょう、塩、ポークブイヨン(鶏肉、豚肉)、酒
	カラフルソテー	ウインナー(豚肉)	大豆油	グリーンアスパラ、キャベツ、にんじん、ほうれんそう、しめじ、コーン	しょうゆ、塩
	ハートのコロッケ	鶏肉、豚肉	大豆油、じゃがいも、豚脂(豚肉)、さとう、乾燥マッシュポテト、パン粉(小麦、大豆)、小麦粉、コーンフラワー、デキストリン、植物油脂、還元水あめ、でん粉	たまねぎ	塩、香辛料
こくさん 国産りんごゼリー		さとう・ぶどう糖果糖液糖、さとう	りんご、りんご果汁		
22日 (水)	牛乳	牛乳			
	むぎ 麦ごはん		米、麦		
	さわにわん 沢煮椀	豚肉	大豆油	にんじん、大根、たけのこ、ごぼう、えのきたけ、しいたけ、絹さや	酒、しょうゆ、塩、みりん、かつお節、だし昆布
	●しらすあ 和え(ごま)	しらす干し、糸けずり	三温糖、ごま	小松菜、キャベツ、もやし、コーン、にんじん	しょうゆ、塩
さかな ゆうあんや 魚のみそ幽庵焼き	マス、甘口みそ(大豆)	三温糖		しょうゆ、みりん、酒	
24日 (金)	牛乳	牛乳			
	バーガーパン(バター)		バーガーバターパン(小麦、乳、大豆)		
	あさりのトマトスープ	あさり、ベーコン(豚肉)、大豆	じゃがいも、大豆油	大根、にんじん、たまねぎ、セロリ、にんにく、トマト	酒、トマトピューレー、塩、こしょう、豚骨
	タンカンドレッシングのサラダ	ちくわ	三温糖、ごま油	セロリ、大根、きゅうり	タンカンドレッシング(小麦、大豆、ゼラチン)、酢、塩
	しるみざかな 白身魚フライ	すけそうだら	大豆油、パン粉(小麦)、コーンフラワー、でん粉、米粉、加工でん粉		
ノンエッグタルタルソース	大豆粉、粉末植物性たん白(大豆)	植物油脂、水あめ、さとう	ピクルス(りんご)、乾燥たまねぎ、レモン果汁、こんにゃく精粉	酢、塩、香辛料、酵母エキス、オニオンエキス	
27日 (月)	牛乳	牛乳			
	むぎ 麦ごはん		米、麦		
	ふゆやさい 冬野菜のみそ汁	鶏肉、麦みそ(大豆)	じゃがいも	ほうれんそう、大根、にんじん、しいたけ、ねぎ	かつお節、酒
	クープイリチー	昆布、豚肉	三温糖、大豆油	にんじん、しいたけ	みりん、しょうゆ、酒、かつお節
	ミヌダル	豚肉	三温糖、ごま		酒、しょうゆ、みりん、おろししょうが
28日 (火)	牛乳	牛乳			
	むぎ 麦ごはん		米、麦		
	チキンカレー	鶏肉、白いんげん豆	大豆油、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、ピーマン、にんにく	酒、りんごピューレー、カレー粉、カレールウ(小麦、大豆、鶏肉、牛肉)、マドラスカレールウ(小麦、大豆、りんご)、ケチャップ、ウスターソース、豚骨
	てづく ふくしんづ 手作り福神漬		三温糖	きゅうり、大根、れんこん	おろししょうが、しょうゆ、酢
	とんかつ	卵白(卵)、豚肉、粉末状植物性たん白(大豆)、大豆粉	大豆油、パン粉(小麦)、でん粉、植物油		塩、香辛料(大豆)
ヨーグルト ソールストロベリー	脱脂粉乳、全粉乳、ゼラチン、寒天	ぶどう糖果糖液糖、さとう	いちご果汁		