

7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 諸見調理場 TEL:933-5453

1. 予定(アレルギー詳細)献立表には、食品衛生法に定められている27品目を表示しています。

Table with 2 columns: 特定原材料(表示義務)7品目 and 特定原材料に準ずる(表示の推奨)20品目. Items include egg, milk, wheat, soybean, sesame, etc.

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調理場より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。

※ 沖縄市立学校給食センターで除去食を対応しているアレルゲンは、以下の6品目で、提供は副菜(和え物・サラダなど)です。

Table with 2 columns: 除去食対応アレルゲン(6品目) and 卵乳(乳製品) えび かに いか たこ. Note: (※しらす・チリメン・カエリは「えび・かに」として除去対象です。)

3. 加工食品に関しては、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. 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。

5. あさりには「かに」が共生しています。

6. 天候や食材、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。

Main menu table with columns: 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, 欠食行事等. Includes daily menu items like 牛乳, むぎごはん, 鶏肉, etc.

Main menu table with columns: 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, 欠食行事等. Includes daily menu items like 牛乳, むぎごはん, 豚肉, etc. Includes a note at the bottom: (※本製品製造工場では、落花生、乳、小麦、えび、大豆、いか、くるみ、カシューナッツ、ごまを含む商品を生産しています。)

平成28年度

8 月学校給食予定(アレルギー詳細)献立表

1. 予定(アレルギー詳細)献立表には、食品衛生法に定められている27品目を表示しています。

特定原材料(表示義務)7品目	特定原材料に準ずる(表示の推奨)20品目
卵 乳 小麦 そば 落花生 えび かに	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 パナナ 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調理場より除去食の提供があります。()内の食品は対応アレルギーを表示しています。

※ 沖縄市立学校給食センターで除去食に対応しているアレルギーは、以下の6品目で、提供は副菜(和え物・サラダなど)です。

除去食対応アレルギー(6品目)	卵 乳(乳製品) えび かに いか たこ
	(※しらす・チリメン・カエリは「えび・かに」として除去対象です。)

3. 加工食品に関しては、原材料や調味料ではなく、アレルギーのみを表示している場合もあります。

4. 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。

5. あさりには「かに」が共生しています。

6. 天候や食材、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。

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	欠食 行事等
15日 (金)	牛乳	牛乳				
	むぎごはん		米、麦			
	さつま汁	鶏肉、豆腐(大豆) みそ(大豆)	さつま芋	とうがん、にんじん、長ねぎ	削り節	
	魚の花園焼き	さけ、チーズ(乳)	ノンエッグマヨネーズ (大豆、りんご)	ピーマン、赤ピーマン 黄ピーマン、玉ねぎ		
18日 (月)	* 海の白 *					
	牛乳	牛乳				
	むぎごはん		米、麦			
	夏野菜カレー	豚肉、鶏レバー 白花豆 いんげんまめ	じゃがいも、小麦粉 バター(乳)、こめ油	玉ねぎ、にんじん、ピーマン 赤ピーマン、かぼちゃ なす、へちま、にんにく りんご、プルーン ウージパウダー	鶏がら、豚骨 酒、塩、ケチャップ チャツネ(りんご) ウスターソース(大豆、 りんご)、カレールウ	
19日 (火)	ゴーヤーチップス		小麦粉、でん粉、大豆油	にがうり	塩	
	フルーツヨーグルト	ヨーグルト(乳)		パイナップル、もも、みかん アロエ、バナナ		
	牛乳	牛乳				
	沖繩そば(個装)		沖繩そば(小麦、大豆)			
20日 (水)	沖繩そば(汁)	豚肉、かまぼこ(大豆)		ねぎ、しょうが	削り節、鶏がら、豚骨 酒、みりん、塩 しょうゆ(大豆、小麦)	
	野菜チャンプルー	ツナ(まぐろ) 豆腐(大豆)	こめ油	キャベツ、にんじん もやし、にら	塩 しょうゆ(大豆、小麦)	
	手作り紅芋ごま団子		もち粉、紅芋、さとう ごま、大豆油		塩	
	シークワサーソルベ		さとう、水あめ	シークワサー		
30日 (火)	牛乳	牛乳				
	むぎごはん		米、麦			
	もずく丼	もずく 豚肉、大豆	さとう、でん粉、こめ油		にんにく、しょうが、玉ねぎ にんじん、赤ピーマン 黄ピーマン、こまつな コーン	削り節 酒、みりん、塩 しょうゆ(大豆、小麦)
	●大根サラダ(チリメン)	チリメン(えび、かに)	ノンエッグマヨネーズ (大豆、りんご)、さとう		大根、きゅうり、にんじん ピクルス、シークワサー	マスタード
31日 (水)	なかよしフルーツゼリー	アガー(寒天)	さとう		シークワサー、黄桃 洋なし、ぶどう、パイナップル チェリー	
	牛乳	牛乳				
	チキンライス	鶏肉	米、こめ油		玉ねぎ、にんじん、コーン 赤ピーマン、グリーンピース マッシュルーム	鶏がら、豚骨、塩 ケチャップ、パプリカ粉 トマトソース(大豆)
	シーフードチャウダー	あさり(かに)、さけ 鶏肉、いんげんまめ、 白花豆、生クリーム(乳) 脱脂粉乳(乳)	じゃがいも、小麦粉 バター(乳)、こめ油		とうがん、セロリ、玉ねぎ にんじん、しめじ	鶏がら、豚骨 ワイン、塩
手作りオムレツ	たまご ベーコン(豚肉、大豆)	マヨネーズ (たまご、大豆、りんご)		トマト、かぼちゃ、ピーマン	鶏がら、豚骨 塩	

“じょうとーむん 使うよろこび 県産品”

2016年7月1日(金)～31日(日)は「県産品奨励月間」です。

7月は、県産野菜や食品、郷土料理を毎日使った献立になっています。子どもたちにもっともっと沖縄を愛してほしいから、心を込めて作ります☆



7月7日(木)はJAさんより「ささげ」の無償提供があります。

ささげを使ったおいしい給食を、沖縄市のささげ農家さんにも子どもたちと一緒に食べていただきます。

JAさんはささげを沖縄市の特産品にするべく、がんばって活動されています。みなさん、「ささげ」ってご存知ですか？



食と子どもの健康展

地場産物を活用した学校給食

2016年7月9日(土) 10:00~17:00
2016年7月10日(日) 10:00~17:00

会場: イオン具志川店

“食と子どもの健康展”が開催されます!

2016年7月9日(土) イオン具志川店
AM10:00~PM5:00

- 学校給食の歴史、中頭地区の給食センターの紹介
- 調理場で使用している器具の展示
- 地場産物を活用した献立の展示
- 豆運びゲーム、スタンプラリー
- 栄養相談 など



学校給食で使用している、地場産物を使用した商品の試食や、給食パンの試食もあります。

ご家族そろって遊びに来てください♪

7(なん)10(てん)だったって納豆!

~わたしは納豆~



7月10日は「納豆の日」です。納豆の豆知識です。

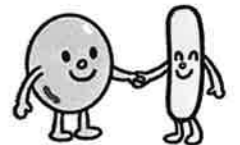
源氏ゆかりの食べ物!?

一説に納豆を広めたのは源義家(鎌倉幕府を開いた源頼朝のおじいさん)とされ、関東や東北地方でよく食べられるのはそのためだともいわれます。



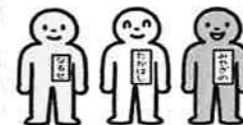
体によい発酵食品!

ゆでた大豆を納豆菌で発酵させて作ります。腸の調子をよくするほか、大豆の栄養に納豆菌が作る栄養がプラスされ、たんぱく質、ビタミンB群が多く含まれます。



成績、高橋、宮城野が御三家!

納豆菌にもさまざまな種類があります。中でも東京都の高橋菌、山形県の高橋菌、宮城県の宮城野菌は日本の3大納豆菌とよばれています。



よく食べるほど骨が丈夫に!

納豆には、カルシウムを吸収しやすくするビタミンKという栄養素が多く含まれています。よく食べられている地域ほど骨粗しょう症が発生しにくいというデータもあります。

