

4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 セラチン・大豆・ごま・くるみ

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の除去食の提供があります。カッコ内の食品は、対応アレルギーを表示しています。

※沖縄市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下記の6品目です。除去食の提供はこのアレルギー6品目を含む副菜(和え物・サラダ類)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・ちりめん・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、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。月はじめで使用した日のみ、アレルギー表示しています。

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」が混合することがあります。

6、あさりには「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。

曜日	献立名	赤の食品 (血や肉、骨をつくる)	黄色の食品 (熱や力になる)	緑色の食品 (体の調子を整える)	調味料
新1年生は4月12日(水)~4月18日(火)まで補食給食となります。					
11日 (火)	紅白かるかん	卵 砂糖 粒あん 米粉 コーンスターチ 山芋 鮭			
12日 (水)	牛乳	牛乳			
	ミニ肉まん	豚肉 大豆	小麦粉 砂糖 でん粉	たまねぎ	濃口醤油(小麦・大豆) 塩 チキンブイヨン
	果物			果物	

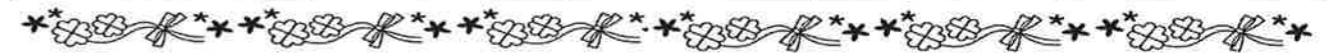


曜日	献立名	赤の食品 (血や肉、骨をつくる)	黄色の食品 (熱や力になる)	緑色の食品 (体の調子を整える)	調味料
13日 (木)	牛乳	牛乳			
	ロールパン		パン(乳・小麦・大豆)		
	ウインナー	ウインナー(豚)			
	果物			果物	
14日 (金)	牛乳	牛乳			
	麦ご飯		米 麦		
	南瓜ひき肉フライ	豚肉 大豆	パン粉 でん粉 砂糖 なたね油 小麦粉	南瓜 玉葱	濃口醤油
	果物			果物	
17日 (月)	牛乳	牛乳			
	わかめご飯	わかめ	砂糖		塩
	ひじき焼売	豚肉 ひじき 鶏肉 大豆	でん粉 砂糖 小麦粉	玉葱 キャベツ 椎茸 生姜	醤油 塩 こしょう
	果物			果物	
18日 (火)	牛乳	牛乳			
	麦ご飯		米 麦		
	魚の生姜焼き	さば	三温糖	生姜	濃口醤油 みりん 酒
	ふりかけ	わかめ ひじき けずり節	米 砂糖 でん粉	梅肉	塩
19日 (水) 1年生 給食 開始	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	チキンカレー	鶏肉 白花豆 大福豆	じゃが芋 小麦粉 マーガリン(乳・豚・大豆) 大豆油	人参 なす 玉葱 ピーマン にんにく	白ワイン ブルーピューレ ケ チャブ カレー粉 マドラスカレー (小麦・牛・豚・大豆・りんご) カ レールウ(小麦・大豆・牛・鶏) 豚骨 ウスターソース(大豆・りん ご) 塩
	ゆで卵	卵			
	梅肉あえ	糸けずり	三温糖	切干大根 胡瓜 人参 梅	みつかん酢 ゆかり粉 塩



曜日	献立名	赤の食品 (血や肉、骨をつくる)	黄色の食品 (熱や力になる)	緑色の食品 (体の調子を整える)	調味料
20日 (木)	牛乳	牛乳			
	中華風炊き込みご飯	ハム(豚・鶏・大豆) 豚肉 ひよこ豆	米 麦 ごま油 大豆油	しめじ 人参 竹の子 には ら 木耳 椎茸	濃口醤油 オイスター ソース みりん 酒 塩 鶏骨
	魚の甘酢がけ	白身魚	小麦粉 でん粉 なたね油 ごま油 三温糖	生姜 長ネギ	塩 こしょう 濃口醤油 酒 みりん 特濃酢
	胡瓜とささみ和え	鶏ささみ わかめ	三温糖	人参 小松菜 胡瓜 大 根 シークワーサー	濃口醤油 特濃酢 塩
	黒糖ビーンズ	大豆	黒糖		
21日 (金)	牛乳	牛乳			
	コッペパン		コッペパン(小麦・乳・大豆)		
	クリームスープ	鶏肉 スキムミルク 白花 豆 大福豆	じゃが芋 小麦粉 マーガリン (乳・豚・大豆) 生クリーム(乳)	人参 玉葱 エリンギ し めじ マッシュルーム パ セリ	鶏骨 塩 こしょう
	豆腐のミートかけ	豆腐(大豆) 豚肉	でん粉 大豆油 三温糖	玉葱 人参	ケチャップ ミートソース(小 麦・豚・大豆) ウスターソ ース(大豆・りんご) 塩
	キャベツと胡瓜のサラダツナ		三温糖 オリーブ油	小松菜 白菜 キャベツ 胡 瓜 人参 シークワーサー	特濃酢 塩
24日 (月)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	豚汁	豚肉 みそ(大豆)	じゃが芋 大豆油	人参 大根 ごぼう ねぎ 生姜 にんにく	かつお節 昆布 塩
	魚の塩こうじ焼き	さば			塩こうじ
	ひじき炒め	豚肉 ひじき チキアギ(大 豆) 大豆	大豆油 三温糖	人参 切干大根 こんにゃ く	濃口醤油 みりん 酒 塩 ブイヨン(鶏・豚)
25日 (火)	牛乳	牛乳			
	和風スパゲティ	ベーコン(豚・大豆) 鶏肉	スパゲティ(小麦) オリーブ油 大豆油	人参 玉葱 木耳 しめじ にんにく ピーマン	濃口醤油 塩 こしょう チキンブイヨン
	ポテトの甘辛		じゃが芋 アーモンド 三温 糖 でん粉		濃口醤油 みりん
	ビーンズサラダ	ミックスビーンズ 白いんげ ん 鶏ささみ	三温糖 オリーブ油	人参 胡瓜 キャベツ 青豆 コーン シークワーサー	濃口醤油 特濃酢 塩
26日 (水)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	韓国風肉じゃが	豚肉 みそ(大豆)	じゃが芋 三温糖 大豆油 ごま油	にんにく 生姜 人参 玉 葱 椎茸 こんにゃく には ら	濃口醤油 みりん 酒 コ チュジャン(大豆) 豚骨 塩
	●手作りふりかけ (えび・かに)	チリメン 糸けずり 青のり	白ごま 三温糖		濃口醤油 みりん
茎わかめの和え物	茎わかめ 糸けずり	三温糖	大根 胡瓜 らっきょう シークワーサー 人参	薄口醤油 和風ドレッ シング(りんご・小麦・大豆・ 鶏・豚) 特濃酢 塩	

曜日	献立名	赤の食品 (血や肉、骨をつくる)	黄色の食品 (熱や力になる)	緑色の食品 (体の調子を整える)	調味料
27日 (木)	牛乳	牛乳			
	クファージュシー	細切昆布 大豆 チキアギ (大豆) 豚肉	米 麦 大豆油	椎茸 人参 ねぎ	かつお節 ブイヨン(鶏豚) 濃口醤油 薄口醤油 みりん 酒 塩
	きびなごの香味あげ	きびなご	小麦粉 でん粉 なたね 油		塩 カレー粉
	切干大根の和え物	鶏ささみ わかめ キングほぐし身	三温糖	白菜 小松菜 胡瓜 人 参 切干大根 シーク ワーサー	濃口醤油 特濃酢 塩
	果物			果物	
28日 (金) 高原小 美東小 欠食	牛乳	牛乳			
	コッペパン		パン(小麦・乳・大豆)		
	ポークビーンズ	豚肉 ポーク(豚・鶏) 大豆	じゃが芋 三温糖 でん 粉 大豆油	人参 玉葱 ピーマン トマト	ポークビーンズ(小麦・大豆・豚) 豚骨 赤ワイン ケチャップ ト マトソース(大豆) 塩
	むしコーン			コーン	
	●フルーツカスタード (乳・卵)	卵 牛乳	グラニュー糖 コーンス ターチ	もも缶 みかん缶	



1年生のみなさん、 入学おめでとうございます！



新しく希望に燃える4月、楽しい給食が始まります。学校給食は、栄養バランスのとれた食事を通して子ども達の健康を守り、体位を向上させるとともに、心も身体も健全に発達させるための大切な食育の場となっています。「食」は「人を良くする」と書きます。「食育」とは、「人が良くなるよう育てる」と解釈できます。給食センターでも子供たちの健やかな成長を願って、安全・安心な給食を目指します。



学校給食の7つの目標

①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。	②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができてくる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。	③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。	④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を厭わず態度を養うこと。	⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。	⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。	

好き嫌いせず食べよう！

イキイキ運動！
スラスラ勉強！



平成29年度 小学校 4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
沖縄市立第三調理場

1、予定(アレルギー詳細)献立表は、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 セラチン・大豆・ごま・くるみ

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の除去食の提供があります。カッコ内の食品は、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下記の6品目です。除去食の提供はこのアレルギー6品目を含む副菜(和え物・サラダ類)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・ちりめん・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、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、アレルギー表示しています。

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」が混合することがあります。

6、あさりには「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。

曜日	献立名	赤の食品 (血や肉、骨をつくる)	黄色の食品 (熱や力になる)	緑色の食品 (体の調子を整える)	調味料
11日 (火)	牛乳	牛乳			
	黒米ごはん		米 麦 黒米		
	中身汁	豚中身 豚肉		こんにやく 椎茸 生姜 ねぎ	かつお節 豚骨 昆布 濃 口醤油(小麦・大豆) 塩 み りん
	魚のシークワサー ソースかけ	さんま	三温糖	シークワサー	塩 濃口醤油
	切干大根炒め	ツナ チキアギ(大豆)	大豆油	角切大根 人参 小松菜 キャベツ もやし	濃口醤油 みりん 塩 かつお節
	おめでたい焼き		小麦粉 砂糖 小倉あん 大豆油		塩
12日 (水)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	麻婆豆腐	豆腐(大豆) 豚肉 みそ(大豆)	でん粉 ごま油 大豆油	人参 玉葱 木耳 椎茸 生姜 にんにく にら	ケチャップ 塩 オイスター ソース 豚骨 豆板醤
	しそ巻き餃子	豚肉 鶏肉 卵 大豆	小麦粉 ごま油	キャベツ 玉ねぎ しそ にら	ブイヨン (鶏・豚・セラチン・乳) 醤油 塩
	中華あえ	鶏ささみ	ごま油 三温糖	人参 胡瓜 大根 もやし ザーサイ(大豆) 小松菜	薄口醤油(小麦・大豆) 特濃酢(小麦)



曜日	献立名	赤の食品 (血や肉、骨をつくる)	黄色の食品 (熱や力になる)	緑色の食品 (体の調子を整える)	調味料
13日 (木)	牛乳	牛乳			
	コッペパン		パン(乳・小麦・大豆)		
	春キャベツとベーコンの スープ	鶏肉 ベーコン(豚・大豆) 白花豆 大福豆	じゃが芋 オリーブ油	人参 玉葱 しめじ キャベツ パセリ	豚骨 鶏骨 塩 こしょう
	チリミート	牛肉 豚肉 ウインナー(豚) レンズ豆	大豆油	人参 玉葱 セロリ ピーマン にんにく	チリパウダー ケチャップ ト マトペースト ウスターソース (大豆・りんご) 塩 赤ワイン
パイン入りサラダ		三温糖 オリーブ油	胡瓜 白菜 人参 コーン パイン シークワサー	特濃酢 塩	
14日 (金)	牛乳	牛乳			
	かやくご飯	鶏肉 油あげ(大豆)	米 麦 大豆油	人参 ごぼう こんにやく 椎茸 絹さや	かつお節 チキンブイヨン 薄口醤油 みりん 酒 塩
	南瓜ひき肉フライ	豚肉 大豆	パン粉 でん粉 砂糖 なたね油 小麦粉	南瓜 玉葱	濃口醤油
	おかか和え	ツナ 糸けずり	三温糖	小松菜 キャベツ 大根 胡 瓜 人参 シークワサー	濃口醤油 特濃酢 塩
	果物			果物	
17日 (月)	牛乳	牛乳			
	《ビビンバ丼》 麦ごはん		米 麦		
	ビビンバ(肉)	豚肉 牛肉 大豆 みそ(大豆)	大豆油 三温糖	木耳 にんにく 生姜 玉葱	酒 濃口醤油 みりん 豆板 醤
	ナムル		ごま油	小松菜 人参 大根 も やし ぜんまい 胡瓜	薄口醤油 塩
わかめスープ	豆腐(大豆) あさり わか め	ごま油 でん粉	椎茸 えのき 冬瓜 人参 長ネギ 生姜	かつお節 鶏骨 薄口醤油 塩	
18日 (火)	牛乳	牛乳			
	《沖縄そば》 沖縄そば		そば(小麦・大豆)		
	そば汁	豚肉 白かまぼこ 三枚肉		人参 椎茸 ねぎ 生姜	豚骨 かつお節 濃口醤油 みりん 酒 塩
	野菜チャンプルー	豚肉 ベーコン(豚・大豆) 厚揚げ(大豆)	大豆油	人参 キャベツ 小松菜 玉葱 にら	濃口醤油 塩
紅芋大福		紅芋 もち粉 白ごま 砂糖 白玉粉		塩	
19日 (水)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	チキンカレー	鶏肉 白花豆 大福豆	じゃが芋 小麦粉 マーガリン(乳・豚・大豆) 大豆油	人参 なす 玉葱 ピーマン にんにく	白ワイン ブルーンピュレ ケ チャップ カレー粉 マドラスカレ (小麦・牛・豚・大豆・りんご) カ レールウ(小麦・大豆・牛・鶏) 豚骨 ウスターソース(大豆・りん ご) 塩
	ゆで卵	卵			
	梅肉あえ	糸けずり	三温糖	切干大根 胡瓜 人参 梅	みつかん酢 ゆかり粉 塩



曜日	献立名	赤の食品 (血や肉、骨をつくる)	黄色の食品 (熱や力になる)	緑色の食品 (体の調子を整える)	調味料
20日 (木)	牛乳	牛乳			
	中華風炊き込みご飯	ハム(豚・鶏・大豆) 豚肉 ひよこ豆	米 麦 ごま油 大豆油	しめじ 人参 竹の子 木 ら 木耳 椎茸	濃口醤油 オイスター ソース みりん 酒 塩 鶏骨
	魚の甘酢がけ	白身魚	小麦粉 でん粉 なたね油 ごま油 三温糖	生姜 長ネギ	塩 こしょう 濃口醤油 酒 みりん 特濃酢
	胡瓜とささみ和え	鶏ささみ わかめ	三温糖	人参 小松菜 胡瓜 大 根 シークワサー	濃口醤油 特濃酢 塩
	黒糖ビーンズ	大豆	黒糖		
21日 (金)	牛乳	牛乳			
	コッペパン		コッペパン(小麦・乳・大豆)		
	クリームスープ	鶏肉 スキムミルク 白花 豆 大福豆	じゃが芋 小麦粉 マーガリン (乳・豚・大豆) 生クリーム(乳)	人参 玉葱 エリンギ し めじ マッシュルーム パ セリ	鶏骨 塩 こしょう
	豆腐のミートかけ	豆腐(大豆) 豚肉	でん粉 大豆油 三温糖	玉葱 人参	ケチャップ ミートソース(小 麦・豚・大豆) ウスターソー ス(大豆・りんご) 塩
	キャベツと胡瓜のサラダ	ツナ	三温糖 オリーブ油	小松菜 キャベツ 白菜 胡 瓜 人参 シークワサー	特濃酢 塩
24日 (月)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	豚汁	豚肉 みそ(大豆)	じゃが芋 大豆油	人参 大根 ごぼう ねぎ 生姜 にんにく	かつお節 昆布 塩
	魚の塩こうじ焼き	さば			塩こうじ
	ひじき炒め	豚肉 ひじき チキアギ(大 豆) 大豆	大豆油 三温糖	人参 切干大根 こんにゃ く	濃口醤油 みりん 酒 塩 ブイヨン(鶏・豚)
25日 (火)	牛乳	牛乳			
	和風スパゲティ	ベーコン(豚・大豆) 鶏肉	スパゲティ(小麦) オリーブ油 大豆油	人参 玉葱 木耳 しめじ にんにく ピーマン	濃口醤油 塩 こしょう チキンブイヨン
	ポテトの甘辛		じゃが芋 アーモンド 三温 糖 でん粉		濃口醤油 みりん
	ビーンズサラダ	ミックスビーンズ 白いんげ ん 鶏ささみ	三温糖 オリーブ油	人参 胡瓜 キャベツ 青豆 コーン シークワサー	濃口醤油 特濃酢 塩
26日 (水)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	韓国風肉じゃが	豚肉 みそ(大豆)	じゃが芋 三温糖 大豆油 ごま油	にんにく 生姜 人参 玉 葱 椎茸 こんにゃく 木 ら	濃口醤油 みりん 酒 コ チュジャン(大豆) 豚骨 塩
	●手作りふりかけ (えびかに)	チリメン 糸けずり 青のり	白ごま 三温糖		濃口醤油 みりん
	茎わかめの和え物	茎わかめ 糸けずり	三温糖	らっきょう 胡瓜 大根 人参 シークワサー	薄口醤油 和風ドレッシ ング(りんご・小麦・大豆・ 鶏・豚) 特濃酢 塩

曜日	献立名	赤の食品 (血や肉、骨をつくる)	黄色の食品 (熱や力になる)	緑色の食品 (体の調子を整える)	調味料
27日 (木)	牛乳	牛乳			
	クファージュシー	細切昆布 大豆 チキアギ(大豆) 豚肉	米 麦 大豆油	椎茸 人参 ねぎ	かつお節 ブイヨン(鶏・豚) 濃口醤油 薄口醤油 みりん 酒 塩
	きびなごの香味あげ	きびなご	小麦粉 でん粉 なたね 油		塩 カレー粉
	切干大根の和え物	鶏ささみ わかめ キングほぐし身	三温糖	白菜 小松菜 胡瓜 人 参 切干大根 シーク ワサー	濃口醤油 特濃酢 塩
	果物			果物	
28日 (金) 高原 小美 東小 欠食	牛乳	牛乳			
	コッペパン		パン(小麦・乳・大豆)		
	ポークビーンズ	豚肉 ポーク(豚・鶏) 大豆	じゃが芋 三温糖 でん 粉 大豆油	人参 玉葱 ピーマン トマト	ポークビーンズ(小麦・大豆・豚) 豚骨 赤ワイン ケチャップ ト マトソース(大豆) 塩
	むしコーン			コーン	
	●フルーツカスタード (乳卵)	卵 牛乳	グラニュー糖 コーンス ターチ	もも缶 みかん缶	

進級おめでとうございます！



好き嫌いせず食べよう！

イキイキ運動！
スラスラ勉強！



新しく希望に燃える4月、楽しい給食が始まります。学校給食は、栄養バランスのとれた食事を通して子ども達の健康を守り、体位を向上させるとともに、心も身体も健全に発達させるための大切な食育の場となっています。「食」は「人を良くする」と書きます。「食育」とは、「人が良くなるよう育てる」と解釈できます。給食センターでも子供たちの健やかな成長を願って、安全・安心な給食を目指します。



学校給食の7つの目標

①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。	②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。	③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。	④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。	⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。	⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。	

平成29年度 中学校 4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
沖縄市立第三調理場

1、予定(アレルギー詳細)献立表は、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

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の除去食の提供があります。カッコ内の食品は、対応アレルギーを表示しています。

※沖縄市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下記の6品目です。除去食の提供はこのアレルギー6品目を含む副菜(和え物・サラダ類)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・ちりめん・カエリは、「えび・かに」として除去対象です。)
---------------	------------------------------------------------------------

- 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。
- 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、アレルギー表示しています。
- 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」が混合することがあります。
- あさりには「かに」が共生しています。
- 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。

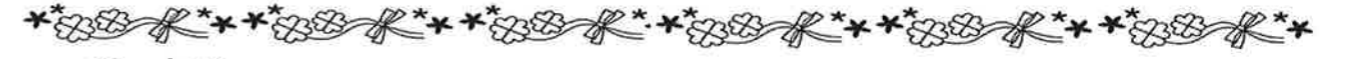
曜日	献立名	赤の食品 (血や肉、骨をつくる)	黄色の食品 (熱や力になる)	緑色の食品 (体の調子を整える)	調味料
11日 (火)	牛乳	牛乳			
	黒米ごはん		米 麦 黒米		
	中身汁	豚中身 豚肉		こんにやく 椎茸 生姜 ねぎ	かつお節 豚骨 昆布 濃 口醤油(小麦・大豆) 塩 み りん
	魚のシークワサー ソースかけ	さんま	三温糖	シークワサー	塩 濃口醤油
	切干大根炒め	ツナ チキアギ(大豆)	大豆油	角切大根 人参 小松菜 キャベツ もやし	濃口醤油 みりん 塩 かつお節
おめでたい焼き		小麦粉 砂糖 小倉あん 大豆油		塩	
12日 (水)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	麻婆豆腐	豆腐(大豆) 豚肉 みそ(大豆)	でん粉 ごま油 大豆油	人参 玉葱 木耳 椎茸 生姜 にんにく にら	ケチャップ 塩 オイスター ソース 豚骨 豆板醤
	しそ巻き餃子	豚肉 鶏肉 卵 大豆	小麦 ごま油	キャベツ 玉ねぎ しそ にら	パイオン(鶏・豚・ゼラチ ン・乳) 醤油 塩
	中華あえ	鶏ささみ	ごま油 三温糖	人参 胡瓜 大根 もやし ザーサイ(大豆) 小松菜	薄口醤油(小麦・大豆) 特濃酢(小麦)
果物			果物		

曜日	献立名	赤の食品 (血や肉、骨をつくる)	黄色の食品 (熱や力になる)	緑色の食品 (体の調子を整える)	調味料
13日 (木)	牛乳	牛乳			
	コッペパン		パン(乳・小麦・大豆)		
	春キャベツとベーコンの スープ	鶏肉 ベーコン(豚・大豆) 白花豆 大福豆	じゃが芋 オリーブ油	人参 玉葱 しめじ キャベツ パセリ	豚骨 鶏骨 塩 こしょう
	チリミート	牛肉 豚肉 ウインナー (豚) レンズ豆	大豆油	人参 玉葱 セロリ ピーマン にんにく	チリパウダー ケチャップ ト マトペースト ウスターソース (大豆・りんご) 塩 赤ワイン
パイン入りサラダ		三温糖 オリーブ油	胡瓜 白菜 人参 コーン パイン シークワサー	特濃酢 塩	
14日 (金)	牛乳	牛乳			
	かやくご飯	鶏肉 油あげ(大豆)	米 麦 大豆油	人参 ごぼう こんにやく 椎茸 絹さや	かつお節 チキンブイオン 薄口醤油 みりん 酒 塩
	南瓜ひき肉フライ	豚肉 大豆	パン粉 でん粉 砂糖 なたね油 小麦粉	南瓜 玉葱	濃口醤油
	おかか和え	ツナ 糸けずり	三温糖	小松菜 キャベツ 大根 胡 瓜 人参 シークワサー	濃口醤油 特濃酢 塩
黒糖ビーンズ	大豆	黒糖			
17日 (月)	牛乳	牛乳			
	《ビビンバ丼》 麦ごはん		米 麦		
	ビビンバ(肉)	豚肉 牛肉 大豆 みそ(大豆)	大豆油 三温糖	木耳 にんにく 生姜 玉葱	酒 濃口醤油 みりん 豆板 醤
	ナムル		ごま油	小松菜 人参 大根 も やし ぜんまい 胡瓜	薄口醤油 塩
わかめスープ	豆腐(大豆) あさり わか め	ごま油 でん粉	椎茸 えのき 冬瓜 人参 長ネギ 生姜	かつお節 鶏骨 薄口醤油 塩	
18日 (火)	牛乳	牛乳			
	沖縄そば		そば(小麦・大豆)		
	そば汁	豚肉 白かまぼこ 三枚肉		人参 椎茸 ねぎ 生姜	豚骨 かつお節 濃口醤油 みりん 酒 塩
	野菜チャンプルー	豚肉 ベーコン(豚・大豆) 厚揚げ(大豆)	大豆油	人参 キャベツ 小松菜 玉葱 にら	濃口醤油 塩
	紅芋大福		紅芋もち粉 白ごま 砂糖 白玉粉		塩
果物			果物		
19日 (水)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	チキンカレー	鶏肉 白花豆 大福豆	じゃが芋 小麦粉 マーガリン(乳・豚・大豆) 大豆油	人参 なす 玉葱 ピーマン にんにく	白ワイン ブルーンピュレ ケ チャップ カレー粉 マドラスカレー (小麦・牛・豚・大豆・りんご) カ レールウ(小麦・大豆・牛・鶏) 豚骨 ウスターソース(大豆・りん ご) 塩
	ゆで卵	卵			
梅肉あえ	糸けずり	三温糖	切干大根 胡瓜 人参 梅	みつかん酢 ゆかり粉 塩	



曜日	献立名	赤の食品 (血や肉、骨をつくる)	黄色の食品 (熱や力になる)	緑色の食品 (体の調子を整える)	調味料
20日 (木)	牛乳	牛乳			
	中華風炊き込みご飯	ハム(豚・鶏・大豆) 豚肉 ひよこ豆	米 麦 ごま油 大豆油	しめじ 人参 竹の子 木 ら 木耳 椎茸	濃口醤油 オイスター ソース みりん 酒 塩 鶏骨
	魚の甘酢がけ	白身魚	小麦粉 でん粉 なたね油 ごま油 三温糖	生姜 長ネギ	塩 こしょう 濃口醤油 酒 みりん 特濃酢
	胡瓜とささみ和え	鶏ささみ わかめ	三温糖	人参 小松菜 胡瓜 大 根 シークワーサー	濃口醤油 特濃酢 塩
	果物			果物	
21日 (金)	牛乳	牛乳			
	コッペパン		コッペパン(小麦・乳・大豆)		
	クリームスープ	鶏肉 スキムミルク 白花 豆 大福豆	じゃが芋 小麦粉 マーガリン (乳・豚・大豆) 生クリーム(乳)	人参 玉葱 エリンギ し めじ マッシュルーム パ セリ	鶏骨 塩 こしょう
	豆腐のミートかけ	豆腐(大豆) 豚肉	でん粉 大豆油 三温糖	玉葱 人参	ケチャップ ミートソース(小 麦・豚・大豆) ウスターソー ス(大豆・りんご) 塩
	キャベツと胡瓜のサラダツナ		三温糖 オリーブ油	小松菜 キャベツ 白菜 胡 瓜 人参 シークワーサー	特濃酢 塩
24日 (月)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	豚汁	豚肉 みそ(大豆)	じゃが芋 大豆油	人参 大根 ごぼう ねぎ 生姜 にんにく	かつお節 昆布 塩
	魚の塩こうじ焼き	さば			塩こうじ
25日 (火)	牛乳	牛乳			
	和風スパゲティ	ベーコン(豚・大豆) 鶏肉	スパゲティ(小麦) オリーブ油 大豆油	人参 玉葱 木耳 しめじ にんにく ピーマン	濃口醤油 塩 こしょう チキンブイヨン
	ポテトの甘辛		じゃが芋 アーモンド 三温 糖 でん粉		濃口醤油 みりん
	ビーンズサラダ	ミックスビーンズ 白いんげ ん 鶏ささみ	三温糖 オリーブ油	人参 胡瓜 キャベツ 青豆 コーン シークワー サー	濃口醤油 特濃酢 塩
26日 (水)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	韓国風肉じゃが	豚肉 みそ(大豆)	じゃが芋 三温糖 大豆油 ごま油	にんにく 生姜 人参 玉 葱 椎茸 こんにやく 木 ら	濃口醤油 みりん 酒 コ チュジャン(大豆) 豚骨 塩
	●手作りふりかけ (えびかに)	チリメン 糸けずり 青のり	白ごま 三温糖		濃口醤油 みりん
茎わかめの和え物	茎わかめ 糸けずり	三温糖	らっきょう 大根 人参 胡瓜 シークワーサー	濃口醤油 和風ドレッシ ング(りんご・小麦・大豆・ 鶏・豚) 特濃酢 塩	

曜日	献立名	赤の食品 (血や肉、骨をつくる)	黄色の食品 (熱や力になる)	緑色の食品 (体の調子を整える)	調味料	
27日 (木)	牛乳	牛乳				
	クファージュシー		細切昆布 大豆 チキアギ (大豆) 豚肉	米 麦 大豆油	椎茸 人参 ねぎ	かつお節 ブイヨン(鶏豚) 濃口醤油 薄口醤油 みりん 酒 塩
	きびなごの香味あげ	きびなご	小麦粉 でん粉 なたね 油		塩 カレー粉	
	切干大根の和え物	鶏ささみ わかめ キングほぐし身	三温糖	白菜 小松菜 胡瓜 人 参 切干大根 シーク ワーサー	濃口醤油 特濃酢 塩	
	果物			果物		
28日 (金) 高原小 美東小 久食	牛乳	牛乳				
	コッペパン		パン(小麦・乳・大豆)			
	ポークビーンズ	豚肉 ポーク(豚・鶏) 大 豆	じゃが芋 三温糖 でん 粉 大豆油	人参 玉葱 ピーマン トマト	ポークビーンズ(小麦・大豆・豚) 豚骨 赤ワイン ケチャップ ト マトソース(大豆) 塩	
	むしコーン			コーン		
	●フルーツカスタード (乳・卵)	卵 牛乳	グラニュー糖 コーンス ターチ	もも缶 みかん缶		



春風の便りとともに、新しい年度がスタートしました。新しい教室、新しい先生、新しい友達と子どもたちの胸も期待にはずんでいる事でしょう。給食センターでは今年も、安心・安全な給食を通して子ども達の健やかな成長を願います。また、沖縄の行事食や地場産物を使った献立を通して「郷土を愛する心」「感謝の心」「食の大切さ」を伝えていきたいと思

学校給食の7つの目標

①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。 	②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。 	③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。 	④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。 	⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。 	⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。 	

好き嫌いせず食べよう！
イキイキ運動！
スラスラ勉強！