



令和4年7月 学校給食予定献立表(アレルギー詳細) 献立表

沖縄市立学校給食センター
 沖縄市諸見調理場
 TEL:933-5453


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。
 食品表示法の一部改正により特定原材料に準ずるもの(推奨表示)にアーモンドが追加になりました。
 順次対応させていただきます。

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)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 ばなな もも りんご まつたけ やまいも

2. 献立名の黒丸(●)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6品目です。除去食の提供はアレルゲン6品目を含む
 和え物(サラダ、フルーツ和えを含む)などです。

除去食対応アレルゲン6品目	卵 乳 えび かに いか たこ
---------------	-----------------

- 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。
- 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。
- 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。
- あさりなどの二枚貝には「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。
- 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。
- 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、沖縄市学校給食センターのホームページに毎月記載してあります。

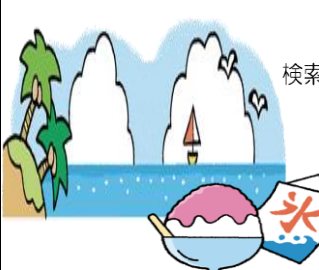
日	献立名	赤の食品 <small>(おもに体をつくるものになる)</small>	黄の食品 <small>(おもにエネルギーのものになる)</small>	緑の食品 <small>(おもに体の調子を整えるものになる)</small>	調味料
1日 (金)	 牛乳	牛乳			
	トマトリゾット	鶏肉 ベーコン(豚肉)	米 麦 さんおんとう オリーブ油	たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト にんにく	豚骨 白ワイン パセリ ケチャップ トマトピューレ トマトソース(大豆) 塩
	さつまいもサラダ	ハム(豚肉、大豆)	さつまいも さんおんとう ノンエッグマヨネーズ(大豆)	にんじん きゅうり えだまめ(大豆)	カレー粉 酢(小麦) 塩 こしょう
	 白身魚(ホキ)フライ	ホキ	パン粉(小麦、大豆) 小麦粉 でんぷん 米粉 水あめ 植物油脂(大豆) 大豆油		塩
 パナナ				パナナ	
4日 (月)	 牛乳	牛乳			
	むぎごはん		米 麦		
	 かぼちゃ入り肉じゃが	豚肉	じゃがいも こめ油 きびあまとう	たまねぎ にんじん かぼちゃ しめじ こんにゃく いんげん	みりん しょうゆ(小麦、大豆) 酒 薄口しょうゆ(小麦、大豆) 塩 削り節
	☆ <u>リクエスト</u> 献立	絹ごし豆腐(大豆) あさり わかめ	でんぷん ごま油	えのきだけ しめじ にんじん 長ねぎ	削り節 薄口しょうゆ 塩
 ゴーヤーチップス ☆6-3リクエスト			でんぷん 大豆油	ゴーヤー	塩

日	献立名	赤の食品 <small>(おもに体をつくるものとなる)</small>	黄の食品 <small>(おもにエネルギーのもととなる)</small>	緑の食品 <small>(おもに体の調子を整えるものとなる)</small>	調味料
5日 (火)	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	むぎごはん		米 麦		
	イナムドゥチ	黄色かまぼこ(大豆) 豚肉 甘口白みそ(大豆)		こんにゃく ねぎ しいたけ だいこん	削り節 豚骨
	ゴエクイリチー	豚肉 チキアギ(大豆) 白みそ(大豆)	すりごま こめ油	こんにゃく ごぼう に んじん たら	削り節 みりん しょうゆ 酒
	ぶたにく しょうがが 豚肉の生姜焼き	豚肉	さんおんとう	しょうが	しょうゆ みりん 塩
6日 (水)  □ リクエスト 絵本 献立 □□ □	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	スパゲッティ ボロネーゼ	豚肉 ニューソイミー (大豆)	スパゲティ(小麦) オリーブ油 さんおんとう	にんにく しょうが たまねぎ にんじん セロリ グリンピース しめじ マッシュルーム トマト	赤ワイン ウスターソース ケチャップ トマトピューレ 塩
	ブロッコリーサラダ	ひよこ豆 青えんどう豆 赤いんげん豆	ノンエッグマヨネーズ (大豆) さんおんとう	ブロッコリー コーン きゅうり にんじん シークワサー	マスタード 酢
	ポテトフライ □「ハリーポッターと 賢者の石」より □□ □		じゃがいも パーム油 大豆油		パセリ 塩
7日 (木)  七夕 献立 	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	ゆかりごはん		米		ゆかり
	たなばたじる 七夕汁	魚そうめん あさり わかめ		おくら にんじん ねぎ しいたけ	削り節 みりん 薄口しょうゆ 酒 塩
	スンシーイリチー	豚肉 昆布 黄色かまぼこ(大豆)	こめ油	たけのこ にんじん しいたけ	削り節 しょうゆ みりん 塩 ポークフィヨン(鶏肉、豚肉)
たなばた 七夕ポンチ		月型星型ゼリー(オレンジ) カラフル白玉	パイン みかん 黄桃(もも) シークワサー	サイダー	
8日 (金)	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	キムタクチャーハン	豚肉	米 麦 こめ油	白菜キムチ(大豆) たくあん漬(小麦、大豆) たまねぎ にんじん しめじ グリンピース にんにく	ポークフィヨン(鶏肉、豚肉) 塩 しょうゆ
	ちゅうか 中華コーンスープ	鶏肉 絹ごし豆腐(大豆)	でんぷん	コーン にんじん ねぎ	しょうゆ 豚骨 塩 こしょう
	バンウースー	ハム(豚肉、大豆)	はるさめ ごま油 さんおんとう	にんじん きゅうり コーン	しょうゆ 酢 塩
11日 (月)  □  	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	むぎごはん		米 麦		
	タコスミート	豚肉 豚レバー ニューソイミー (大豆)	さんおんとう こめ油	にんじん たまねぎ ピーマン にんにく	トマトソース(大豆) ケチャップ チリソース 赤ワイン ウスターソース チリパウダー 塩
	●ポイルキャベツ + チーズ(乳)	チーズ(乳)		キャベツ	
	オムレツ	卵	糖類 でんぷん 植物油脂		しょうゆ かつおだし 煮干だし 塩
	ジュリエンヌスープ	ベーコン(豚肉)	じゃがいも こめ油	キャベツ たまねぎ にんじん	しょうゆ 塩 こしょう ポークフィヨン(鶏肉、豚肉)

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
12日 (火)  □ リクエスト 絵本 献立	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	うっちゃんライス	鶏肉 チリメン	米 麦 こめ油 ごま	たまねぎ にんじん ピーマン しいたけ えのきたけ コーン	薄口しょうゆ 酒 みりん 塩 うっちゃん粉 カレー粉 こしょう チキンからスープ (鶏肉)
	手作りハンバーグ・ ブラウンソースがけ (卵不使用) □「ハンバーグ つくろうよ」より	豚肉	ノンエッグマヨネーズ (大豆) でんぷん きびあまとう	たまねぎ エリンギ マッシュルーム にんにく	塩 こしょう ナツメグ ケチャップ ウスターソース 赤ワイン
ミネストローネ	鶏肉 白いんげん豆	ABCマカロニ (小麦)	たまねぎ にんじん だいこん キャベツ セロリ	トマトピューレ ケチャップ トマトソース (大豆) 塩 豚骨 チキンからスープ (鶏肉)	
13日 (水)  調理 員さん ☆イチ オン☆ 献立	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	むぎごはん		米 麦		
	さつま汁 <small>じる</small>	鶏肉 油あげ (大豆) 赤みそ (大豆) 白みそ (大豆)	さつまいも	だいこん にんじん 長ねぎ しいたけ	削り節 だし昆布 酒 みりん
	野菜のおかか和え <small>わかい あ</small>	糸けすり	さんおんとう	ごまつな にんじん きゅうり もやし コーン	しょうゆ 塩 酢
チキン南蛮 <small>なんばん</small> (☆イチ・オン☆)	鶏肉	きびあまとう でんぷん 大豆油		塩 こしょう 酢 しょうゆ	
一口タルタルソース <small>ひとくち</small>				タルタルソース (卵、大豆)	
14日 (木)  ☆リク エスト 献立  ☆2-1リクエスト	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	ラーメン (麺) <small>めん</small>		ラーメン (小麦、大豆)		
	醤油ラーメン (汁) <small>しょうゆ しる</small>	豚肉 わかめ なると (卵抜き)	ごま油	もやし 長ねぎ しょうが にんにく コーン	しょうゆ 薄口しょうゆ 塩 豚骨 かつお節
	五目きんぴら <small>ごもく</small>	豚肉	さんおんとう こめ油 ごま油	ごぼう にんじん ピーマン しょうが こんにゃく	しょうゆ みりん 酒 塩
一口肉まん <small>ひとくちにく</small> ☆2-1リクエスト	大豆粉 豚肉	小麦粉 砂糖 ごま油 植物油脂 パン粉 豚脂	たまねぎ キャベツ しいたけ しょうが ねぎ	イースト 塩 しょうゆ オイスターソース 酒	
15日 (金)  ☆リク エスト 献立	ショア (ブルーベリー味) <small>あじ</small>	ショア (乳)			
	なかよし揚げパン <small>あ</small> ☆4-1リクエスト	きな粉 (大豆)	なかよしパン (小麦、 乳、大豆) 大豆油 黒糖 さんおんとう はったい粉		ミルメークココア (大豆)
	麦のポタージュスープ <small>むぎ</small> (小麦・乳なし)	鶏肉 白いんげん豆	麦 こめ油	たまねぎ セロリ にんじん コーン マッシュルーム	アレルゲンフリーホワイトルウ パセリ 塩 豚骨 チキンからスープ (鶏肉)
コーンサラダ		ノンエッグマヨネーズ (大豆) さんおんとう	コーン シークワーサー キャベツ にんじん きゅうり ピクルス	酢	

18日
(月)

海の日




検索してみてね♪

公開期日：令和4年7月1日(金)～3月末

※ 諸見調理場の「給食ができるまで」紹介動画ありま
～内容盛りだくさんなので、この機会に学校給食について触れてみてください～

しよく こ けんこうてん
～食と子どもの健康展～

オンライン開催



沖縄県学校給食会で検索

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
19日 (火)	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	げんまい 玄米ごはん		米 玄米		
	じる ソーキ汁	軟骨ソーキ(豚肉) 結び昆布		だいこん にんじん しょうが	削り節 だし昆布 薄口しょうゆ 塩
	にやせて めち 命ぐすい アンドンスー	ツナ 赤みそ(大豆)	さんおんとう こめ油	しょうが	みりん
献立 	てづく こくろ 手作り黒糖ちんすこう		小麦粉 黒糖 ラード こめ油		塩
20日 (水)	 もる みちよりりじょう たんどくまゆうしよく こんだて 諸見調理場・単独給食ラスト献立 				
リクエスト 絵本 献立 ☆リク エスト 献立	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	むぎごはん		米 麦		
	□オバケカレー <small>こむぎ にゅう (小麦・乳なし)</small>	鶏レバー 白いんげん豆	じゃがいも こめ油 でんぷん	にんにく たまねぎ にんじん ピーマン ブロッコリー プルーン	アレルギーフリーカレールウ 塩 カレー粉 チャツネ(りんご) ウスターソース チキンからスー プ(鶏肉) 豚骨
	とんかつ ☆旧2-1 サプライズリクエスト ※学級閉鎖により 昨年度未提供のため	豚肉	パン粉(小麦、大豆) でんぷん 大豆油		塩 こしょう ガーリックパウダー
☆リク	ゴーヤ入り		ごま きびあまとう	べったら漬 ゴーヤー にんじん キャベツ	酢
エスト 献立	べったら漬 シークワサーソルベ ☆6-1リクエスト		シークワサーソルベ		

【 ※R4年度 諸見小学校 管轄調理場変更のお知らせ 】—(新第2調理場稼働開始による諸見調理場統廃合)
 ●R4年4～今月7月(1学期前半)まで ➡ 諸見調理場管轄 から、
 ●R4年8月(夏休み明けの1学期後半)～ ➡ 新第2調理場管轄 となります。

諸見調理場














諸見っ子のみなさん、諸見調理場での給食作りがとうとう今月7月で最後となりました。最後まで美味しく食べてくださいね♪夏休み明けの8月からは、新しい調理場で作る温かごはんをトラックに乗せてコンテナでお届けします。これからも"すっから缶"目指して美味しく完食ペロリしてくださいね♪♪

沖縄県学校給食会 創立60周年
「学校給食に関する図画作品」大募集!!!

詳細は、こちらのQRコードからアクセス!応募票など、エントリーに必要な書式のダウンロードもできます♪♪



※ 応募締め切り：9月16日(金) まで!!!

