



# 令和4年2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  
沖縄市第二調理場  
937-2700

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、でんぷんを使用する場合があります。
- ※献立表は、沖縄市立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。  
※毎週木曜日は幼稚園欠食です。



1月のリクエストメニューはいかがでしたか？2月もリクエストメニューが登場しますのでリクエストした給食が出た人もそうでない人も、楽しみながら食べてもらえると嬉しいです。

♡2月リクエストメニュー♡

- ・2/17(木) 北美小6年リクエスト カレー
- ・2/28日(月) コザ小6年リクエスト 肉じゃが
- ・2/22(火) 美里小6年リクエスト タコライス

リクエストメニューはこのマークが目印です。→



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
1日 (火)	牛乳	牛乳			
	大豆入り炊き込みごはん	鶏肉、チキアギ(大豆)、大豆	米、押麦、白ごま、大豆油(大豆)	人参、ねぎ、しいたけ、たけのこ	しょうゆ(小麦・大豆)、しょうゆ(小麦・大豆)酒、みりん、塩、かつお節
	白菜と青菜和え	ちくわ、糸けずり	三温糖	もやし、人参、白菜、小松菜	しょうゆ、酢(小麦)、塩
	魚のごまみそ焼き	さば、甘口白みそ(大豆)	三温糖、ねりごま、すりごま		しょうゆ、みりん、酒
2日 (水) 節分 献立	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	大根のすまし汁	豆腐(大豆)、鶏肉、わかめ		大根、人参、ねぎ	かつお節、しょうゆ、塩
	白菜とツナのマヨネーズ和え	ツナ	ノンエッグマヨネーズ、三温糖、ごま油(ごま・大豆)	人参、きゅうり、白菜、小松菜、コーン	酢、塩
	いわしのおかか煮	いわし	砂糖、でん粉		しょうゆ(小麦・大豆)、みりん、かつお節、食塩
節分豆	大豆	砂糖			



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
3日 (木) 北美 幼稚園 欠食  みはら 幼稚園 体験給食会	牛乳	牛乳			
	カレーうどん	豚肉、油揚げ(大豆)、 なると	うどん(小麦)、大豆油 (大豆)	しょうが、人参、玉ねぎ、 長ねぎ、白菜、しめじ、 しいたけ、ほうれん草	カレー粉、カレールウ(小麦・ 牛肉・鶏肉・大豆)、しょうゆ、 ウスターソース(大豆・りんご) 塩、かつお節
	キャベツの青じそ和え	とりささみ	三温糖、水あめ、砂糖	キャベツ、きゅうり、大 根、人参、もやし、シー クワサー果汁、レモン 果汁、青じそ	しょうゆ(小麦・大豆) かつお節 エキス、魚醤、酢、塩
	若鳥の竜田焼き	鶏肉、卵粉末(たまご)	コーンフラワー、でん 粉、大豆油(大豆)、砂 糖		しょうゆ(小麦・大豆)、食塩、 かつおエキス
4日 (金) コザ小 5年 欠食	牛乳	牛乳			
	トマトリゾット	豚肉	米、押麦、大豆油(大 豆)、じゃがいも、三温 糖、でん粉	人参、玉ねぎ、ピーマ ン、マッシュルーム、に んにく、しめじ、トマト	ポークブイヨン(鶏肉・豚肉)、 ケチャップ、トマトソース(大 豆)、塩、赤ワイン、こしょう
	ブロッコリーサラダ	とりささみ	オリーブ油、三温糖、植 物油脂(大豆)、砂糖	大根、人参、ブロッコ リー、コーン、あお豆 (大豆)、人参酢漬(りんご)、 人参ピューレ、 玉ねぎ酢漬(りんご)、 乾燥玉ねぎ、オレンジ果 汁(オレンジ)、レモン 果皮	酢、塩、醸造酢(りんご)
	ほうれん草オムレツ	液卵(たまご)	植物油脂(大豆)、でん 粉	ほうれん草	食塩
	アーモンド		アーモンド、植物油脂		食塩
7日 (月)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	アーサ汁	アーサ、豆腐(大豆)		大根、人参、ねぎ、しい たけ	しょうゆ、塩、かつお節
	豚肉とごぼうの きんぴら	豚肉、チキアギ(大豆)	三温糖、白ごま、ごま油 (ごま・大豆)、大豆油 (大豆)	人参、にら、ごぼう、こ んにやく、きくらげ	しょうゆ、みりん、七味唐辛子 (ごま)、塩、かつおだし
	ヨーグルト ゆず&レモン味	脱脂粉乳(乳)、全粉乳 (乳)、ゼラチン、寒天	砂糖	ゆず果汁、レモン果汁	
8日 (火)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	いり鶏	鶏肉、大豆、角揚げ豆腐 (大豆)	大豆油(大豆)、じゃが いも、でん粉	人参、大根、ごぼう、玉 ねぎ、こんにやく、絹さ や、しいたけ	酒、しょうゆ、みりん、塩、かつ お節
	野菜の甘酢和え	ツナ、ひじき	三温糖	人参、白菜、きゅうり、 もやし、小松菜、シー クワサー果汁	しょうゆ、酢、塩
	油みそ	鶏肉、麦みそ(大豆)	三温糖、大豆油(大豆)	しょうが	みりん
9日 (水)	牛乳	牛乳			
	枝豆としらすの炊き込 みごはん	豚肉、大豆、油揚げ(大 豆)、しらす	米、押麦、大豆油(大 豆)、こめ油	人参、ねぎ、あお豆(大 豆)、しいたけ	しょうゆ、みりん、酒、塩、かつ お節
	大根のゆかり和え	ちくわ、糸けすり	三温糖	キャベツ、もやし、大 根、きゅうり、人参、梅 肉(りんご、大豆)	ゆかり、しょうゆ、酢
	かぼちゃ天ぷら	かぼちゃ	小麦粉(小麦)、でん 粉、なたね油、大豆油 (大豆)	かぼちゃ	食塩

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
10日 (木) 北美 幼稚園 欠食 美原小 5年生 欠食  美里 幼稚園 体験給食会	牛乳	牛乳			
	バーガーパン	セル フ パ ー	バーガーパン (小麦・乳・大豆)		
	ハンバーグソースがけ		豚肉、鶏肉、植物性たん白 (大豆)	豚脂 (豚肉)、でん粉、乾燥マッシュポテト、砂糖、植物油 (大豆) 三温糖	野菜ペースト、オニオンエキスパウダー、玉ねぎ、きゅうり、ウコン色素、マッシュルーム
	キャベツサラダ	とりささみ	オリーブ油、三温糖	キャベツ、大根、人参、きゅうり	酢、しょうゆ、塩
	白菜スープ	鶏肉、ベーコン (豚肉)、白いんげん豆ピューレ	じゃがいも、でん粉、大豆油 (大豆)	玉ねぎ、セロリ、人参、白菜、パセリ	チキンブイヨン (鶏肉)、塩、こしょう
14日 (月)  バレン タイン 献立	牛乳	牛乳			
	きのここと豆のリゾット	鶏肉、レンズ豆、白いんげん豆、白いんげん豆ピューレ	オリーブ油、押麦、大豆油 (大豆)、米	にんにく、しめじ、マッシュルーム、玉ねぎ、人参、パセリ	白ワイン、こしょう、しょうゆ、チキンブイヨン (鶏肉) ポークブイヨン (鶏肉・豚肉)、塩
	●コブサラダ (乳・たまご)	ハム (豚肉・大豆)、発酵乳 (乳) クリーム (乳) 卵黄 (たまご)	植物油 (大豆)、砂糖、アーモンド、ノンエッグマヨネーズ、三温糖	野菜エキス、ガーリック、乾燥ピーマン、オニオンパウダー、プロックリー、カリフラワー、赤ピーマン、きゅうり、コーン	しょうゆ、酢、塩
	かぼちゃカップグラタン	おから (大豆) 豆乳 (大豆)	ショートニング、乾燥マッシュポテト、米粉、でん粉、水あめ、砂糖	かぼちゃ、かぼちゃパウダー、玉ねぎ	
	チョコプリン	豆乳加工品 (大豆)	グラニュー糖、でん粉	ココアパウダー	
15日 (火)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	サムゲタン風スープ	豆腐 (大豆)、鶏肉	押麦、大豆油 (大豆)、ごま油 (ごま・大豆)	長ねぎ、人参、白菜、ねぎ、大根、えのき、しいたけ、しょうが、にんにく	酒、ポークブイヨン (鶏肉・豚肉)、チキンブイヨン (鶏肉)、塩、こしょう、しょうゆ
	ブルコギ	牛肉、豚肉	三温糖、大豆油 (大豆)	しょうが、にんにく、人参、玉ねぎ、しめじ、ピーマン、もやし、糸こんにゃく	酒、しょうゆ、みりん、オイスターソース (大豆)、コチジャン (大豆)、塩
	チヂミ	卵 (たまご)	小麦粉 (小麦)、でん粉、植物油 (大豆)、米粉、粉あめ	にら、たまねぎ、にんじん	食塩
16日 (水)	牛乳	牛乳			
	鶏ごぼうごはん	鶏肉、油揚げ (大豆)	米、押麦、白ごま、大豆油 (大豆)、ごめ油	人参、ねぎ、ごぼう、しいたけ、あお豆 (大豆)	しょうゆ、みりん、酒、塩、チキンブイヨン (鶏肉)、かつお節
	小松菜のちくわ和え	ちくわ	三温糖、白ごま	大根、人参、きゅうり、小松菜、シークァーサー果汁	しょうゆ、酢
	いわしの梅香揚げ	いわし	パン粉 (小麦)、小麦粉、米粉、大豆油 (大豆)	梅肉パウダー	食塩
17日 (木) 北美 幼稚園 欠食  美里 幼稚園 体験給食会	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	チキンカレー	鶏肉、レッドキドニー、脱脂粉乳 (乳)、豚レバー	じゃがいも、マーガリン (乳・大豆)、小麦粉、大豆油 (大豆)	にんにく、人参、玉ねぎ、ピーマン、かぼちゃ、セロリ	赤ワイン、チキンブイヨン (鶏肉)、ポークブイヨン (鶏肉・豚肉)、ウスターソース (大豆・りんご)、リンゴピューレ (りんご)、ケチャップ、デミグラスソース (小麦・鶏肉)、カレールウ (小麦・大豆・鶏肉・牛肉)、チャツネ (りんご)、塩、カレー粉
	フルーツミックス	大豆	上新粉、砂糖、もち粉、でんぷん	パイナップル、黄桃 (もも)、みかん、洋ナシ、ぶどう、チェリー	クチナシ
	ゆでたまご	たまご			



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	
18日 (金) 越来小 6年 欠食	牛乳	牛乳				
	中華風煮込みうどん	豚肉、なると	うどん(小麦)ごま油(ごま・大豆)、大豆油(大豆)	しょうが、にんにく、人参、長ねぎ、白菜、パクチョイ、きくらげ	酒、ポークフィヨン(鶏肉・豚肉)、オイスターソース(大豆)、しょうゆ、みりん、かつお節、塩	
	白菜のしそ昆布和え	しらす、昆布	砂糖、水あめ、ごま、三温糖	白菜、きゅうり、人参、大根、もやし	しょうゆ(小麦・大豆)、酢、かつお節エキス	
	ミニ肉まん	豚肉、麦みそ(大豆)	小麦粉、砂糖、ラード(豚肉)、豚脂肪(豚肉)でん粉、香味油(大豆)	玉ねぎ、キャベツ、おろししょうが	食塩、しょうゆ(小麦・大豆)、チキンフィヨン(鶏肉)	
21日 (月)	牛乳	牛乳				
	うちんジュシー	豚肉、油揚げ(大豆)	米、押麦、大豆油(大豆)	にんにく、人参、玉ねぎ、ねぎ、ごぼう、しいたけ	酒、カレー粉、みりん、しょうゆ、ポークフィヨン(鶏肉・豚肉)、チキンフィヨン(鶏肉)、塩、うちん粉	
	大根のゆず和え	とりささみ	三温糖、植物油脂(大豆)	大根、もやし、きゅうり、人参、シークローサー果汁、ゆず果汁、レモン果汁	しょうゆ、酢、しょうゆ(小麦・大豆)、酢(りんご)、かつお節、塩	
	子持ち焼きししゃも	ししゃも				
22日 (火) 越来小 5年 欠食	牛乳	牛乳				
	ごはん		米			
	タコスミート	タ コ ラ イ ス	豚肉、牛肉、豚レバー、大豆	大豆油(大豆)	人参、玉ねぎ、ピーマン、にんにく	ケチャップ、トマトピューレ、ウスターソース(りんご・大豆)、チリソース(りんご・鶏肉・大豆)、チリパウダー、塩
	ゆで野菜				キャベツ、きゅうり	
	スライスチーズ		スライスチーズ(乳)			
オニオンスープ		ベーコン(豚肉)		玉ねぎ、人参、セロリ、パセリ	チキンフィヨン(鶏肉)、しょうゆ、こしょう、塩	
24日 (木) 北美 幼稚園 欠食 宮里中 2年 欠食	牛乳	牛乳				
	和風スパゲティ	鶏肉、ベーコン(豚肉)	スパゲティ(小麦)、大豆油(大豆)、オリーブ油	にんにく、人参、玉ねぎ、しめじ、小松菜、きくらげ	塩、しょうゆ、チキンフィヨン(鶏肉)	
	ごぼうのマヨネーズ和え	ちくわ	ノンエッグマヨネーズ、三温糖	ごぼう、大根、人参、きゅうり	しょうゆ、酢	
	焼きじゃが		じゃがいも、でん粉、小麦粉(小麦)、大豆油(大豆)		食塩	
25日 (金) 宮里中 2年 欠食	牛乳	牛乳				
	ごはん		米			
	野菜たっぷりみそ汁	鶏肉、油揚げ(大豆)、甘口白みそ(大豆)、麦みそ(大豆)	じゃがいも	人参、玉ねぎ、大根、白菜、ねぎ	かつお節、塩	
	切干大根のおかか和え	チキアギ(大豆)、糸けずり	三温糖	きゅうり、もやし、人参、切干大根	しょうゆ、酢、塩	
	厚揚げの野菜あんかけ	厚揚げ豆腐(大豆)	砂糖、麦芽糖、三温糖、でん粉	小松菜、椎茸、しょうが	醤油(小麦・大豆)、かつおだし、しょうゆ、みりん、酒、塩	
28日 (月)	牛乳	牛乳				
	ごはん		米			
	肉じゃが	豚肉	じゃがいも、大豆油(大豆)、三温糖	しいたけ、しょうが、玉ねぎ、糸こんにゃく、人参、長ネギ、グリーンピース	酒、かつお節、しょうゆ、みりん、塩	
	●たこのカミカミ和え(たこ)	たこ、ツナ、糸けずり	三温糖、砂糖	きゅうり、人参、小松菜、塩押しだいこん	酢、しょうゆ、塩、梅酢	
	お魚ふりかけ	削り節粉末(さば)、鰯削り節、鯉削り節、青のり、黒のり	砂糖、ごま、乾燥マッシュポテト、でん粉、水あめ	かぼちゃ粉末	昆布エキス、食塩、しょうゆ(小麦・大豆)、みりん、鰯風味調味料(小麦)	

