



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 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。

端午の節句献立

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
1日 (月) 幼稚園欠食	牛乳	牛乳			
	たけのこ ^{はん} ご飯	鶏肉、油揚げ(大豆)	米、麦、大豆油	たけのこ、にんじん、あお豆(大豆)、しいたけ	酒、かつお節、ポークフィヨン(鶏肉、豚肉)、しょうゆ(小麦、大豆)、みりん、塩
	きゅうりとわかめ ^{すもの} 酢の物	わかめ、ちくわ	三温糖	大根、きゅうり、シークワーサー果汁	特濃酢(小麦)、しょうゆ、塩
	と ^て りや ^や 鶏の照り焼き	鶏肉	黒糖		酒、しょうゆ、みりん、おろしにんにく、おろししょうが、塩
	かしわもち	寒天	上新粉、砂糖、小豆、水あめ、麦芽糖、食用油脂		塩、酵素(大豆)
2日 (火) 山小幼稚園欠食	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	みそ汁 ^{しる}	絹ごし豆腐(大豆)、わかめ、赤みそ(大豆)、白みそ(大豆)		たまねぎ、ねぎ	かつお節
	はくさい ^{さい} 白菜のそぼろ炒め ^{いた}	豚肉、鶏肉、厚揚げ(大豆)	でん粉、大豆油	白菜、にんじん、小松菜、しいたけ	酒、おろししょうが、しょうゆ、みりん、塩
ごも ^あ 五目揚げ	糸より、スケソウダラ	砂糖、トウモロコシでん粉、馬鈴薯でん粉、菜種油	キャベツ、枝豆(大豆)、コーン、にんじん、たまねぎ	塩、調味料	
8日 (月) 幼稚園給食開始	牛乳	牛乳			
	スパゲティナポリタン	ベーコン(豚肉)	スパゲティ(小麦)、三温糖、大豆油	たまねぎ、にんじん、ピーマン、マッシュルーム、にんにく	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、ポークフィヨン(鶏肉、豚肉)
	グリーンサラダ	ハム(豚肉、大豆)	三温糖	キャベツ、きゅうり、コーン、シークワーサー果汁	しょうゆ、酢(小麦)
	ハンバーグのソースかけ	ハンバーグ(大豆、鶏肉、豚肉)	三温糖、でん粉		赤ワイン、ケチャップ、ウスターソース、しょうゆ
ぶどうゼリー		果糖ぶどう糖液糖、砂糖	ぶどう果汁		

ゴーヤーの日に寄せて

まごはやさしい献立

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
9日 (火)	牛乳	牛乳			
	むぎ 麦ごはん		米、麦		
	とが ^じ ん 冬瓜のすまし汁	鶏肉、絹ごし豆腐(大豆)	大豆油	冬瓜、にんじん、えのきたけ、小松菜、しいたけ、生姜	酒、しょうゆ、塩、みりん、かつお節、だし昆布
	ゴーヤー ^い 入りアンダンスー	豚肉、甘口白みそ(大豆)、赤みそ(大豆)	三温糖	ゴーヤー、生姜	みりん、酒
	さば ^{しょうが} さば生姜煮	さば	砂糖、馬鈴薯でん粉	生姜	しょうゆ(小麦)、みりん、塩
10日 (水)	牛乳	牛乳			
	わかめごはん		米		炊き込みわかめ
	とん ^じ る 豚汁	豚肉、麦みそ(大豆)、白みそ(大豆)	大豆油、里芋	大根、にんじん、ごぼう、長ねぎ、しいたけ、生姜	酒、かつお節、だし昆布
	やさ ^い 野菜のおかか和え	ちくわ、糸けずり	三温糖	小松菜、にんじん、きゅうり、もやし、コーン	しょうゆ、特濃酢、塩
	わふう ^{にく} だんご 和風肉団子	鶏肉、植物性たんぱく(大豆)	豚脂(豚肉)、砂糖、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、なたね油、加工でん粉、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
	うま ^{てん} かつ(小・中のみ)	大豆、黒大豆、アオサ粉、片ロイワシ、昆布	植物油、砂糖、小麦粉、ショートニング、ごま、アーモンド、ひまわりの種、麦芽糖、松の実、かぼちゃの種、加工でん粉		塩、調味料
11日 (木)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	こう ^や どう ^ふ 高野豆腐のみそ汁	高野豆腐(大豆)、白かまぼこ、わかめ、麦みそ(大豆)		大根、にんじん、長ねぎ	おろししょうが、かつお節
	さん ^し よく ^{どん} 三色そばろ丼	鶏肉、豚レバー、大豆	三温糖、大豆油	にんじん、あお豆(大豆)、コーン、しいたけ、きくらげ	しょうゆ、塩、おろししょうが、おろしにんにく、酒、みりん
	はく ^{さい} 白菜のシークワサー和え	鶏肉	三温糖	白菜、小松菜、にんじん、きゅうり、シークワサー果汁	しょうゆ、酢
12日 (金)	牛乳	牛乳			
	あ ^げ 揚げパン(幼・中)	きな粉(大豆)	コッパン(小麦、乳、大豆)、大豆油、黒糖、三温糖、はったい粉		
	べ ^い も 紅芋パン(小)		紅芋パン(小麦、乳、大豆)		
	ミネストローネ	ベーコン(豚肉)、大豆	ABCマカロニ(小麦)、さつまいも、三温糖、大豆油	にんじん、たまねぎ、セロリ、キャベツ、にんにく、トマト	トマトペースト、塩、こしょう、豚骨
	パスタサラダ	ハム(豚肉、大豆)	スパゲッティ(小麦)、ノンエッグマヨネーズ(大豆)	たまねぎ、きゅうり、キャベツ、にんじん	塩、こしょう
15日 (月)	牛乳	牛乳			
	クファージュシー	豚肉、昆布、白かまぼこ、大豆	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、ポークフィヨン(鶏肉、豚肉)
	モーウイ ^{ばい} の梅肉和え	糸けずり	三温糖	モーウイ、きゅうり、大根	梅肉(大豆 りんご)、ゆかり、酢
	あ ^つ あ ^あ 厚揚げのそばろあんかけ	厚揚げ(大豆)、鶏肉、大豆	大豆油、三温糖、でん粉	たまねぎ	おろししょうが、酒、しょうゆ、みりん、かつお節、塩

沖縄復帰記念献立

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
16日 (火)	牛乳	牛乳			
	むぎ 麦ごはん		米、麦		
	わかめスープ	わかめ、絹ごし豆腐(大豆)	ごま油、でん粉	しいたけ、長ねぎ、生姜	塩、こしょう、しょうゆ、かつお節、ポークパイオン(鶏肉、豚肉)
	タコスミート	牛肉、豚肉、大豆	三温糖、大豆油	たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく	赤ワイン、ケチャップ、トマトソース(大豆)、ウスターソース、チリパウダー、パプリカ粉
	タコスサラダ			キャベツ	
スライスチーズ	チーズ(乳)				
17日 (水)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	イナムドゥチ	豚肉、カステラかまぼこ(大豆)、甘口白みそ(大豆)	大豆油	こんにゃく、しいたけ、大根、ねぎ	酒、かつお節、豚骨
	パパヤーイリチー	ベーコン(豚肉)、ツナ、チキアギ(大豆)	大豆油	パパイヤ、にんじん、にら	しょうゆ、塩、かつお節、酒
やざかな 焼き魚のポン酢かけ	さば	三温糖	シークワサー果汁	しょうゆ、酢	
18日 (木)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	おきなわふう 沖縄風みそ汁	豚肉、無添加ポーク(豚肉、鶏肉)、沖縄豆腐(大豆)、麦みそ(大豆)	じゃがいも	にんじん、たまねぎ、もやし、小松菜	かつお節
	もすく丼	もすく、豚肉	でん粉、大豆油	にんじん、たまねぎ、ピーマン、しめじ、コーン	おろししょうが、酒、しょうゆ、みりん、塩、豆板醤、ポークパイオン(鶏肉、豚肉)
ちゅうか 中華ポテト		さつまいも、植物油脂、グラニュー糖、水あめ、麦芽糖、赤糖、黒糖、大豆油			
19日 (金)	牛乳	牛乳			
	べにいも 紅芋パン(幼・中)		紅芋パン(小麦、乳、大豆)		
	あ 揚げパン(小)	きな粉(大豆)	コッパン(小麦、乳、大豆)、大豆油、黒糖、三温糖、はったい粉		
	●さわやかおまめの すうぷ(乳)	鶏肉、白花豆、白いんげん豆、脱脂粉乳	大豆油、じゃがいも、小麦粉、バター(乳)	青大豆(大豆)、グリーンピース、あお豆(大豆)、たまねぎ、にんじん	白ワイン、豚骨、塩、こしょう
しらすサラダ	しらす干し	こめ油、三温糖	キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン、シークワサー果汁	特濃酢、しょうゆ、塩	
22日 (月)	牛乳	牛乳			
	げんまい 玄米ごはん		米、玄米		
	チキンカレー	鶏肉、白花豆、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、カレー粉、カレールウ(小麦、大豆、鶏肉、牛肉)、テーオーカレーフレーク(小麦)、ケチャップ、ウスターソース、豚骨
	ふくじんあ 福神和え			にんじん、きゅうり、キャベツ、福神漬	しょうゆ
くだもの			りんご		
23日 (火)	牛乳	牛乳			
	キムタクチャーハン	豚肉	米、麦、大豆油、ごま油	白菜キムチ(大豆)、たくあん漬(小麦、大豆)、たまねぎ、にんじん、あお豆(大豆)	パプリカ粉、酒、しょうゆ、ポークパイオン(鶏肉、豚肉)、塩
	ちゅうかいた 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
べに 紅いもごま団子		紅芋、もち粉、ごま、砂糖、白玉粉、還元水あめ、ラード(豚肉、牛肉、大豆)、大豆油		塩	

琉球料理の日に寄せて



食育の日に寄せて



絵本献立
るすうきよ
びやうれつ
のでき

山
中
コ
ザ
中
小
食

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
24日 (水)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	こんさい 根菜のみそ汁	豚肉、赤みそ(大豆)、 麦みそ(大豆)	じゃがいも、さつまい も、大豆油	大根、にんじん、しめ じ、小松菜、生姜	酒、かつお節
	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
	やさいい とり 野菜入り鶏つくね	鶏肉、植物性たんぱく (大豆)	パン粉(小麦)、でん 粉、植物油脂(大豆)、 砂糖、大豆油、水あめ	キャベツ、たまねぎ、に んじん	塩、香辛料、しょうゆ(小麦、大 豆)、ウスターソース(大豆、り んご)、酵母エキス
25日 (木)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	まーほーだいこん 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
	ハンサンスー	ハム(豚肉、大豆)	春雨、三温糖、ごま油	にんじん、きゅうり、 コーン	しょうゆ、酢、塩
	ショーロンポー	豚肉	豚脂(豚肉)、はるさ め、でん粉、砂糖、植物 油脂(ごま)、小麦粉、 還元でん粉糖化物	キャベツ、たまねぎ、た けのこ、しいたけ、	しょうゆ(大豆、小麦)、オイス ターソース、おろししょうが、発 酵調味料、塩、香辛料
	くだもの(小のみ)			日向夏	
26日 (金)	牛乳	牛乳			
	コッペパン		コッペパン(小麦、乳、 大豆)		
	ゴラーシュ(トマト煮込み)	豚肉、牛肉	じゃがいも、大豆油	たまねぎ、にんじん、黄 ピーマン、エリンギ、ト マト、にんにく	パプリカ粉、豚骨、塩、こしょ う、赤ワイン
	スロベニア風サラダ		ごめ油、三温糖	キャベツ、きゅうり、に んじん、コーン	酢、りんご酢、こしょう、塩、 しょうゆ
	シュニツェル(チーズハムカツ)	ハム(豚肉、大豆、 乳)、チーズ(乳)	パン粉(小麦、大豆)、 小麦粉、大豆油		
29日 (月) 安中 夕食	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	へちまのみそ汁	豚肉、沖縄豆腐(大 豆)、赤みそ(大豆)、 麦みそ(大豆)	大豆油	へちま、たまねぎ、にん じん、長ねぎ	酒、かつお節
	やさいいた 野菜炒め	豚肉、白かまぼこ	大豆油	キャベツ、にんじん、小 松菜、エリンギ	塩、しょうゆ、酒、こしょう
	とりにく 鶏肉のレモンしょうゆ焼き	鶏肉	三温糖	レモン果汁	塩、こしょう、しょうゆ
くだもの(幼・中のみ)			日向夏		
30日 (火) 福岡 県の 献立	牛乳	牛乳			
	かしわめし	鶏肉	米、麦、大豆油、ごま油	ごぼう、こんにゃく、に んじん、しいたけ、ねぎ	しょうゆ、みりん、酒、かつお 節、チキンブイヨン(鶏肉)、塩
	ひじきのサラダ	ひじき、ツナ、大豆	三温糖、ごま油	キャベツ、小松菜、コー ン	酢、しょうゆ
	さかな 魚のみそだれ	さば、甘口白みそ(大 豆)	三温糖、でん粉		みりん、酒、おろししょうが
31日 (水)	牛乳	牛乳			
	ちゅうか 中華めん(小袋)		中華めん(小麦、大豆)		
	みそラーメン	豚肉、赤みそ(大豆)、 赤だし(大豆、鶏肉)	大豆油	チンゲンサイ、にんじ ん、もやし、長ねぎ、き くらげ、たけのこ、コー ン	酒、おろしにんにく、おろししょ うが、豚骨、かつお節
	●ナムル(ごま)		三温糖、ごま油、ごま	大根、小松菜、にんじ ん、キャベツ	しょうゆ、特濃酢、塩
ひとくち桃まん	寒天	小麦粉、砂糖、小豆、豚 脂(豚肉)、植物油脂		塩、イースト、乳化剤(大豆)	

FIBA 応援献立
スロベニア料理



福岡県の献立