

令和6年7月・8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(義務表示)にくるみが追加になりました。

「くるみ」の取扱事業者がアレルギー表示を適切に行うための猶予期間に応じて、表示については順次対応させていただきます。沖縄市の除去対応アレルゲンの変更はありません。

特定原材料(義務表示)8品目	特定原材料に準ずるもの(推奨表示)20品目
卵 乳 小麦 そば 落花生 くるみ 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 カシューナッツ オレンジ キウイフルーツ バナナ 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。月はじめで使用した日のみ、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。

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
1日 (月)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	へちまのみそ汁	とうふ(大豆)、白みそ(大豆)、赤みそ(大豆)		へちま、人参、ねぎ	かつお節
	パパイアイリチー	チキアギ(大豆)、ふた肉	大豆油	パパイア、人参、玉ねぎ、にら、きくらげ	しょうゆ(小麦、大豆)、塩、にんにく、かつお節
	ウムクシアンドギー		紅芋、もち粉、三温糖、トレハロース、大豆油		
2日 (火)	牛乳	牛乳			
	クファージュシー	ふた肉、油揚げ(大豆)、白かまぼこ(卵なし)(大豆)、細切こんぶ	米、押し麦、カルシウム米、大豆油	しいたけ、人参、ねぎ	酒、しょうゆ、みりん、塩、ポークフィヨン(鶏肉、豚肉)、かつお節
	冬瓜の甘酢和え		三温糖	とうがん、大根、きゅうり、モーウイ、人参	しょうゆ、酢(小麦)、塩
	鶏肉のシークァーサー焼き	とり肉	三温糖	シークァーサー	しょうゆ、みりん
3日 (水)	牛乳	牛乳			
	沖縄そば(小袋)		沖縄そば(小麦、大豆)		
	沖縄そば(汁)	ふた肉、白かまぼこ(卵なし)(大豆)	大豆油	ねぎ、しょうが	酒、しょうゆ、みりん、塩、ポークフィヨン(鶏肉、豚肉)、かつお節
	ゴエイリチー	豚肉、チキアギ(大豆)	三温糖、大豆油	ごぼう、人参、にら	かつお節、しょうゆ、みりん
	さつまいもの天ぷら		さつまいも、小麦粉、でんぷん、なたね油、パーム油、だいたい油		食塩

日	献立名	赤の食品	黄の食品	緑の食品	調味料
		(おもに体をつくるもとになる)	(おもにエネルギーのもとになる)	(おもに体の調子を整えるもとになる)	
4日 (木)	牛乳	牛乳			
	わかめごはん		米,麦		わかめ、食塩
	アーサと冬瓜のみそ汁	アーサ,白かまぼこ(卵なし)(大豆),白みそ(大豆)		とうがん,人参,ねぎ,しいたけ	しょうゆ,塩,かつお節,しょうが
	マーミナーチャンプルー	ぶた肉,とうふ(大豆)	大豆油	もやし,にら,きくらげ,玉ねぎ,エリンギ,人参	にんにく,しょうゆ,塩,こしょう
	黒糖ビーンズ	大豆	黒糖		
5日 (金)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米,麦		
	そばろごはん(具)	とり肉,鶏レバー(鶏肉)	三温糖	いんげん,玉ねぎ,人参,コーン,しょうが	大豆たんぱく,みりん,酒,しょうゆ,塩
	魚ソーメン汁	魚そうめん		とうがん,人参,ねぎ,オクラ,しいたけ	かつお節,しょうゆ,塩
	星形ハンバーグ	鶏肉、ぶた肉、大豆	でん粉、砂糖、豚脂	たまねぎ	トマトペースト、にんにくペースト、しょうがペースト、食塩
8日 (月)	牛乳	牛乳			
	うっちゃんライス	鶏肉	米,押し麦,カルシウム米,大豆油	人参,玉ねぎ,しいたけ,からし菜	酒,にんにく,うっちゃん粉,カレー粉,しょうゆ,チキンブイヨン(鶏肉),塩
	●ゴーヤーのごま和え(ごま)		三温糖,ごま油,ごま	ゴーヤー,人参,もやし,きゅうり	しょうゆ,酢,塩
	わか鶏のから揚げ	鶏肉	小麦粉、でん粉、大麦粉、パーム油、だいたず油		しょうゆ、酒、鶏からスープ、おろしにんにく、おろし生姜、食塩
9日 (火)	牛乳	牛乳			
	夏野菜のミートスパゲティ	ぶた肉,鶏レバー(鶏肉)	スパゲティ(小麦),大豆油	なす,人参,玉ねぎ,ピーマン,セロリ,エリンギ,トマト	大豆たんぱく,ケチャップ,デミグラスソース(小麦,鶏肉),にんにく,赤ワイン,塩
	タンカンドレッシングサラダ			キャベツ,人参,きゅうり,コーン	タンカンドレッシング(小麦,大豆,セラチン)
	ほうれん草オムレツ	卵、大豆	植物油脂、でん粉	ほうれん草	食塩
10日 (水)	牛乳	牛乳			
	アーサ雑炊	ぶた肉,アーサ	米,大豆油	人参,えのき,チンゲン菜,コーン	かつお節,ポークブイヨン(鶏肉,豚肉),しょうゆ,塩
	フーイリチー	ぶた肉	ふ(小麦,大豆),大豆油	人参,キャベツ,小松菜	塩,こしょう,しょうゆ
	国産豚のコロッケ	豚肉、大豆	じゃがいも、豚脂、パン粉、小麦粉、植物油脂、コーンフラワー、でん粉、砂糖、水あめ、だいたず油	たまねぎ	食塩
11日 (木)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	イナムドゥチ	ぶた肉,白かまぼこ(卵なし)(大豆),甘口白みそ(大豆),白みそ(大豆)		とうがん,ねぎ,こんにゃく,しいたけ	ポークブイヨン(鶏肉,豚肉),かつお節,塩
	タマナーチャンプルー	ぶた肉,とうふ(大豆)	大豆油,ごま油	もやし,キャベツ,玉ねぎ,人参	にんにく,しょうゆ,塩
	スティック納豆(ほんのり梅風味)	納豆(大豆)	砂糖	梅肉	しょうゆ、酢、食塩、昆布エキス、梅果汁、魚介エキス
12日 (金)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米,麦		
	タコスミート(チリミックスなし)	ぶた肉,豚レバー	大豆油,三温糖	人参,玉ねぎ,ピーマン	大豆たんぱく,赤ワイン,にんにく,ケチャップ,トマトソース(大豆),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
	●ポイルキャベツ・チーズ(乳)	チーズ(乳)		キャベツ	
	もやしとコーンのスープ		でん粉	もやし,人参,長ねぎ,コーン	チキンブイヨン(鶏肉),塩,こしょう,かつお節,しょうゆ

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
16日 (火) 絵本 献立	牛乳	牛乳			
	玄米ごはん		米,玄米		
	夏野菜カレー (小麦・乳なし)	とり肉	じゃがいも,大豆油	人参,玉ねぎ,ピーマン,とうがん,かぼちゃ,トマト	にんにく,しょうが,アレルゲンフリーカレー粉,カレー粉,ウスターソース(りんご,大豆),チキンブイヨン(鶏肉),塩
	ナタデココフルーツポンチ			ナタデココ,パイン,みかん,黄桃	
	福神漬			福神漬(小麦・大豆)	
17日 (水)	牛乳	牛乳			
	深川めし	あさり,ぶた肉,ひじき,油揚げ(大豆)	米,押し麦,三温糖,大豆油	人参,ごぼう,しいたけ,あお豆(大豆)	酒,しょうが,しょうゆ,みりん,かつお節,塩
	きゅうりのゆかり和え		三温糖	きゅうり,もやし,人参	ゆかり,しょうゆ,酢
	ちくわの磯辺天ぷら	魚介すり身,アオサ	でん粉,砂糖,小麦粉,大豆油,植物油		食塩
18日 (木)	ごはん		米		
	シカムドゥチ	ぶた肉,黄色かまぼこ(卵なし)(大豆)		とうがん,しいたけ,こんにゃく	しょうが,かつお節,ポークブイヨン(鶏肉,豚肉),しょうゆ,塩
	ヌンクーグァ	ぶた肉,チキアギ(大豆),油揚げ(大豆)	大豆油	大根,人参,こまつな,しいたけ	しょうゆ,みりん,酒,塩,かつお節
	さばの西京焼き	さば,白みそ(大豆)	三温糖		みりん,しょうゆ
19日 (金) パリ オリ ピック 応援 献立	牛乳	牛乳			
	全粒粉パン		全粒粉パン(小麦・乳・大豆)		
	ミートボールと野菜のラタトゥイユ	ミートボール(大豆,鶏肉,豚肉)	じゃがいも,大豆油,三温糖,でん粉	人参,玉ねぎ,かぼちゃ,白菜,グリーンアスパラ,なす,マッシュルーム,トマト	にんにく,ケチャップ,トマトソース(大豆),チキンブイヨン(鶏肉),塩,こしょう,しょうゆ,ウスターソース(りんご,大豆)
	ビーンズサラダ	ひよこ豆,青えんどう豆,赤いんげん豆,白いんげん豆	ノンエッグマヨネーズ(大豆),三温糖	人参,きゅうり,カリフラワー,グリーンアスパラ,シークァーサー	粒入りマスタード
	豆乳バニラアイス		豆乳アイス(大豆)		

給食センター第2調理場よりお知らせ

7/16(火) 絵本献立「やさいのがっこうとまとちゃんのたびだち」
 7/18(木) 琉球料理の日(毎月第三木曜日)
 7/19(金) 食育の日・パリオリンピック応援献立

7月は県産品奨励月間です。「県産品、笑顔はじけるこれイイね!」のスローガンのもと給食でも、多くの県産食材を取り入れています。

食と子どもの健康展開催!



学校栄養士が、案内説明をします。あそびに来てね!!

7月の県産品奨励月間に合わせて、学校給食と地場産物をテーマにした健康展が開催されます☆

日時：令和6年7月13日(土) 11:00~16:00
 場所：イオン具志川店 2階 ゲームセンター前

- ・地場産物の展示
- ・学校給食に関する展示
- ・年齢別必要食品量の展示
- ・特別食や介助食器の紹介
- ・食育クイズや豆運びゲーム など盛りだくさん♪

