

令和3年10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1調理場
 TEL 929-4776



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(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 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、でんぷんを使用する場合があります。

※毎週木曜日は幼稚園欠食です。

日	献立名	赤の食品 (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 (金)	ぎゅうにゅう牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	オニオンスープ	ベーコン(豚肉)	じゃがいも	たまねぎ にんじん セロリ えのきたけ	パセリ 薄口しょうゆ(小麦、大豆) 塩 こしょう 豚骨
	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	赤ワイン トマトソース(大豆) お ろしにんにく ケチャップ ウスターソース チリパウダー パプリカ粉
	たこライス ^{よう} 用サラダ スライスチーズ	チーズ(乳)		キャベツ 白菜 にんじん	
4日 (月)	ぎゅうにゅう牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	ちゅうかに中華煮	豚肉 厚揚げ(大豆)	大豆油 ごま油 でん粉	にんじん たまねぎ にんにく 白菜 小松菜 しいたけ	料理酒 おろしにんにく おろししょ うが しょうゆ(小麦、大豆) みり ん チキンブイヨン(鶏肉) 塩
	キムチ ^あ 和え	鶏肉	三温糖 ごま油	白菜キムチ(大豆) 大根 にんじん きゅうり もや し	しょうゆ 酢(小麦)
にくはるま肉 ^ま 春巻き	豚肉	ラード でん粉 小麦粉 はるさめ 砂糖 水あめ 大豆油	キャベツ にんじん たまねぎ	しょうゆ しょうがペースト しいたけエキス ポークエキス	
5日 (火)	ぎゅうにゅう牛乳	牛乳			
	アーサそうすい	アーサ あさり 赤みそ (大豆) 白みそ(大豆)	米 麦 大豆油	にんじん キャベツ 大根葉 ねぎ しいたけ	しょうゆ 塩 みりん かつお節
	パイパイイリチー	チキアギ(大豆) ツナ	大豆油	パイパイ にんじん しめじ いら	しょうゆ 塩 かつお節
	さかな しおこうじ魚の塩 ^し 焼	さば			塩麴
バナナ ^{ようしょう} (幼小1/2本・中 ^{ちゅう} 1本)			バナナ	シークワサー果汁(幼小のみ)	

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
6日 (水)	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	むぎ 麦ごはん		米 麦		
	けんさん 県産 アグー豚 無償提供	豚肉 白いんげん豆 白花豆	じゃがいも さつまいも 小麦粉 乳不使用マーガ リン(大豆) 大豆油	にんじん たまねぎ ピーマン にんにく	リンゴピューレ カレー粉 カレール ウ(小麦、大豆、鶏肉、牛肉、豚肉) マ ドラスカレー(小麦、牛肉、豚肉、大 豆、りんご) 豚骨 ケチャップ ウス ターソース 塩
	ふくしんあ 福神和え		三温糖	にんじん 大根 きゅうり キャベツ 福神漬(小麦、 大豆)	しょうゆ 特濃酢(小麦)
や 焼き菓コロッケ		じゃがいも さつまいも くり 植物油脂 パン粉 (小麦、大豆) 小麦粉 水あめ コーンフラワー でん粉 砂糖 大豆油		食塩	
7日 (木)	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	むぎ 麦ごはん		米 麦		
	にく 肉じゃが	豚肉	じゃがいも 三温糖 大豆油	たまねぎ にんじん いんげん こんにゃく しいたけ	おろししょうが しょうゆ みりん料 理酒 かつお節 塩
	てづ 手作りふりかけ	しらす干し 糸けずり 大豆 青のり	三温糖		みりん ゆかり
ごぼうチキアギ	魚すり身	砂糖 でん粉 なたね油	ごぼう	食塩	
8日 (金)	ショア(ブルーベリー味)	ショア(乳)			
	なすときのこの ミートスパゲティ	ベーコン(豚肉)	スパゲティ(小麦) 三温 糖 大豆油	たまねぎ なす しめじ にんじん ピーマン にんにく マッシュル ーム	トマトピューレ ケチャップ ウス ターソース こしょう 塩 ポークフ イヨン(鶏肉、豚肉)
	べに 紅いもサラダ		紅芋 じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	にんじん きゅうり あお豆(大豆)	塩 こしょう
10/10 目の愛護 デーに よせて	ほし 星のハンバーグ	鶏肉 豚肉	豚脂(豚肉) 植物性た ん白(大豆) ぶどう糖 砂糖 加工でん粉	たまねぎ	食塩 にんにくペースト しょうが ペースト
11日 (月)	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	キャロットピラフ		米		キャロットピラフ(鶏肉、大豆)
	●マッシュルーム スープ(乳)	鶏肉 脱脂粉乳	じゃがいも 小麦粉 マーガリン(乳、豚肉、 大豆)	たまねぎ にんじん マッシュルーム グリン ピース	塩 こしょう 豚骨
	フレンチサラダ	ハム(豚肉、大豆)	三温糖 オリーブ油	キャベツ きゅうり にんじん コーン	酢 塩 こしょう
チキンのハニー マスタード焼き	鶏肉	はちみつ		塩 こしょう しょうゆ 粒マスター ド	
12日 (火)	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	うっちゃんライス	鶏肉 しらす干し	米 麦 大豆油	たまねぎ にんじん ご ぼう しいたけ	薄口しょうゆ 料理酒 みりん 塩 うっちゃん粉 かつお節
	カジマセ 一献立	昆布 豚肉	三温糖 大豆油	にんじん こんにゃく しいたけ	みりん しょうゆ
ウムクジアンダギー		紅芋 もち粉 三温糖 トレハロース 大豆油			
13日 (水)	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	コッペパン		コッペパン(小麦、乳、 大豆)		
	ヌードルスープ	鶏肉	スパゲッティ(小麦)	たまねぎ キャベツ に んじん マッシュルーム セロリ	パセリ 塩 こしょう 豚骨
	やさい 野菜ソテー	ウインナー(豚肉)	大豆油	キャベツ たまねぎ にんじん コーン	しょうゆ 塩
ホキのマスタード焼き	ホキ	ノンエッグマヨネーズ		マスタード 粒入りマスタード	

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	
14日 (木)	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳				
	むぎ 麦ごはん		米 麦			
	いしかりじる 石狩汁	鮭 沖縄豆腐(大豆) 白みそ(大豆)	じゃがいも	にんじん こんにゃく 長ねぎ	塩 かつお節	
	ぶたどん きのこ豚丼	豚肉	三温糖 大豆油	たまねぎ ねぎ しめじ しいたけ えのきたけ	しょうゆ みりん 塩 料理酒 おろしにんにく おろししょうが	
 い アーサ入り厚焼玉子	卵 アーサ	でん粉 植物油			食塩 だし汁(小麦、大豆)	
15日 (金)	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳				
	おきなわ 沖縄そば(麺)		沖縄そば(小麦、大豆)			
	10/17 おきなわ 沖縄そば	豚肉 かまぼこ		しいたけ ねぎ 生姜	みりん 料理酒 しょうゆ 薄口しょ うゆ 塩 豚骨 かつお節	
	ひ の日に よせて	マーミナーチャンプルー	厚揚げ(大豆) ツナ	大豆油	もやし キャベツ にん じん 小松菜	しょうゆ 塩
	+	まぐるフライ	まぐる	パン粉(小麦) でん粉 (大豆) 加工でん粉 トレハロース 大豆油		食塩
無償提供 第3弾	やしまこくとう 八島黒糖(無償提供)		黒糖			
18日 (月)	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳				
	ごはん		米			
	まーぼーだいこん 麻婆大根	沖縄豆腐(大豆) 鶏肉 豚肉 赤みそ(大豆)	三温糖 でん粉 ごま油	大根 にんじん ねぎ たまねぎ たけのこ	おろししょうが おろしにんにく チ キンバイヨン(鶏肉) テンメンジャ ン(大豆、小麦) しょうゆ トウバ ンジャン 塩	
	パンウースー	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	
	ポークシューマイ	豚肉	パン粉(小麦) でん粉 砂糖 小麦粉 水あめ	たまねぎ	しょうがペースト 食塩	
19日 (火)	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳				
	ごもく 五目ごはん	鶏肉 ひじき 油揚げ (大豆)	米 麦 大豆油	しいたけ ごぼう ねぎ にんじん	しょうゆ みりん 料理酒 塩 かつお節	
	こんぶ あ ●しそ昆布和え(ごま)	しそ昆布(小麦、大豆、 ごま)	三温糖	白菜 小松菜 にんじん	しょうゆ 酢	
	さかなしょうがや 魚の生姜焼き	さば	三温糖		しょうゆ みりん おろししょうが 塩	
20日 (水)	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳				
	コッパン		コッパン(小麦、乳、 大豆)			
	ジュリエヌスープ	ベーコン(豚肉)	じゃがいも 大豆油	キャベツ にんじん セロリ	しょうゆ 塩 こしょう 豚骨	
	スラッピーショ	牛肉 豚レバー 大豆	大豆油 三温糖	たまねぎ	トマト缶 ケチャップ デミグラス ソース(小麦、鶏肉、豚肉) 塩 チ リパウダー	
	ウインナー	ウインナー(豚肉)				
21日 (木)	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳				
	ゆかりごはん		米 麦		ゆかり	
	シカムドゥチ	豚肉 黄色かまぼこ(大 豆)		冬瓜 しいたけ こんにゃ く ねぎ 生姜	かつお節 豚骨 塩 しょうゆ	
	スンシーイリチー	昆布 豚肉 チキアギ(大 豆)	大豆油	たけのこ こんにゃく にんじん	しょうゆ みりん 塩 料理酒 かつお節 豚骨	
 ミヌダル	豚肉	三温糖 ねりごま すり ごま			料理酒 しょうゆ みりん おろし しょうが	

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
22日 (金) 安慶田 小5年 欠食	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	むぎ 麦ごはん		米 麦		
	ハヤシライス	牛肉	小麦粉 乳不使用マーガ リン(大豆) 大豆油	たまねぎ にんじん マッシュルーム セロリ ピーマン	おろしにんにく ウスターソース 赤 ワイン トマト缶 リンゴピューレー カレー粉 ハヤシルウ(小麦、大豆、牛 肉、豚肉) ケチャップ 豚骨
	あ ピクルスとえ		三温糖	ピクルス 大根 にんじ ん	酢 塩
	オムレツ	卵	でん粉 植物油		だし汁(小麦、大豆) 食塩
れいとう 冷凍パイ			パイ		
25日 (月) 島袋幼小 山内幼小 越来幼 ゴザ幼 諸見幼 欠食	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	じる なめこ汁	麦みそ(大豆) 白みそ(大 豆)		なめこ えのきたけ し いたけ にんじん 大根 ねぎ	かつお節 だし昆布 塩
	はくさい 白菜のそぼろ炒め	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	料理酒 おろししょうが しょうゆ 薄口しょうゆ みりん 塩
ししゃもフライ	子持ちししゃも	パン粉 小麦粉 大豆た ん白 コーンフラワー でん粉(小麦) 大豆油		食塩	
26日 (火)	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	にこ 煮込みうどん	豚肉 油揚げ(大豆)	うどん(小麦) 三温糖	白菜 小松菜 にんじん 長ねぎ しいたけ	おろししょうが しょうゆ みりん 料理酒 塩 かつお節
	あ ごぼうの和え物	ツナ	三温糖 オリーブ油	ごぼう きゅうり コー ン	フレンチドレッシング 特濃酢 塩 こしょう
	あつあ 厚揚げのきのこあんかけ	厚揚げ(大豆)	三温糖 でん粉	しめじ えのきたけ 長ねぎ	おろししょうが しょうゆ かつお節
かき(小のみ)			かき		
27日 (水)	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	ふかがわめし 深川飯	鶏肉 あさり 油揚げ (大豆) ひじき	米 麦 大豆油	たけのこ にんじん ね ぎ	薄口しょうゆ しょうゆ 塩 みりん 料理酒 かつお節 豚骨
	わふう 和風サラダ	ツナ わかめ	三温糖	にんじん 大根 キャベ ツ	和風ドレッシング(小麦、大豆、りん ご) 酢 しょうゆ 塩
	さかな 魚の西京焼き	さば 甘口みそ(大豆)	三温糖		みりん 料理酒 おろししょうが
かき(幼中のみ)			かき		
28日 (木)	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	むぎ 麦ごはん		米 麦		
	とんじる 豚汁	豚肉 油揚げ(大豆) 麦 みそ(大豆) 白みそ(大 豆)	里芋	大根 にんじん こん にやく 長ねぎ	料理酒 かつお節 だし昆布
	だいこん 大根の梅肉和え	糸けずり	三温糖	大根 きゅうり にんじ ん	梅肉(大豆、りんご) ゆかり 酢
くるま ま糰と鶏肉のナゲット	鶏肉	麩(小麦) たね油		しょうゆ 食塩 おろしにんにく こ しょう	
29日 (金) 安慶田小 1~4年 欠食 ハロウィン	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	なかよしパン		なかよしパン(小麦、 乳、大豆)		
	●パンプキンスープ(乳)	あさり 牛乳	小麦粉 マーガリン (乳、豚肉、大豆) 生ク リーム(乳) 大豆油	かぼちゃ たまねぎ セ ロリ かぼちゃペースト	パセリ缶 塩 こしょう 豚骨
	コールスローサラダ		三温糖 オリーブ油	キャベツ きゅうり に んじん コーン	フレンチドレッシング 特濃酢 塩 こしょう
カボチャバーグ	鶏肉 豚肉	豚脂 植物性たん白(大 豆) 砂糖 ぶどう糖 加工でん粉	たまねぎ かぼちゃ	食塩 にんにくペースト しょうが ペースト	
かぼちゃプリン	豆乳(大豆)	グラニュー糖 砂糖 ぶ どう糖 でん粉	かぼちゃペースト		