

令和7年2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스가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 おもに体をつくる もとになる	黄の食品 おもにエネルギーの もとになる	緑の食品 おもに体の調子を 整えるもとになる	調味料
3日 (月)	牛乳	牛乳			
	五目ごはん	ふた肉,ひじき,油揚げ(大豆)	米,麦,カルシウム米,大豆油	人参,こんにゃく,ごぼう,しいたけ,あお豆(大豆)	しょうゆ(小麦・大豆),みりん,酒,塩,かつお節
	大根ときゅうりのシークァーサーあえ	チリメン	三温糖	大根,きゅうり,シークァーサー	酢(小麦),塩
	いわしの甘露煮	いわし	砂糖,水あめ,寒天,でん粉		しょうゆ,みりん,かつお節エキス,酢
4日 (火)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	イナムドゥチ	ふた肉,白かまぼこ(卵なし)(大豆),甘口白みそ(大豆)		しいたけ,とうがん,こんにゃく	かつお節,ポークパイヨン(鶏肉,豚肉),みりん
	野菜と塩昆布の和え物	ツナ	ごま油,三温糖	人参,大根,白菜,きゅうり	塩昆布,しょうゆ,酢
	鶏肉の照り焼き	鶏肉	三温糖,水あめ	にんにく,しょうが	しょうゆ,みりん,酒
5日 (水)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	こうや豆腐のみそ汁	こうや豆腐,麦みそ,赤みそ(大豆)		白菜,人参,大根,しょうが	かつお節,塩
	ひじき炒め煮	ひじき,ふた肉,大豆,油揚げ(大豆),チキアギ(大豆)	三温糖,大豆油	人参,角切り切干大根,にら	しょうゆ,みりん,塩,ポークパイヨン(鶏肉,豚肉),かつお節
	彩シューマイ	たらすりみ,大豆たんぱく	パン粉(小麦・大豆)、でん粉、小麦、水あめ、砂糖、加工油脂	キャベツ,たけのこ	塩

日	献立名	赤の食品 おもに体をつくる もとになる	黄の食品 おもにエネルギーの もとになる	緑の食品 おもに体の調子を 整えるもとになる	調味料
6日 (木)	牛乳	牛乳			
	きのことう豆のリゾット	鶏肉,レンズ豆,白いんげん豆,国産白いんげん	米,麦,大豆油	にんにく,人参,玉ねぎ,しめじ,コーン,マッシュルーム	白ワイン,パセリ,塩,こしょう,しょうゆ,チキンブイヨン(鶏肉)
	インゲンソテー	ベーコン(豚肉)	大豆油	いんげん,人参,もやし,玉ねぎ	しょうゆ,塩,こしょう
	Caたっぷりオムレツ	液卵、卵黄	大豆油、でん粉、パーム油、トレハロース		塩
7日 (金)	牛乳	牛乳			
	なかよしあげパン (コザ幼小・越来幼小・美原幼小・諸見幼小)	きな粉(大豆)	なかよしパン(小麦、乳、大豆),だいず油,黒糖,三温糖		はったい粉,ミルメークココア(大豆)
	コッペパン (美里幼小・北美幼小・中学校)		コッペパン(小麦、乳、大豆)		
	クラムチャウダー (小麦・乳なし)	あさり,とり肉,国産白いんげん(ペースト)	じゃがいも,大豆油	人参,玉ねぎ,マッシュルーム	パセリ,アレルギーフリーシチュー,チキンブイヨン(鶏肉),塩,こしょう
	島ニンジンとアスパラソテー	ぶた肉	大豆油	グリーンアスパラ,金美人参,人参,エリンギ,コーン	しょうゆ,塩,こしょう
10日 (月)	牛乳	牛乳			
	スパゲティアラポネーズ	ぶた肉,豚レバー	スパゲティ(小麦),大豆油	人参,玉ねぎ,ピーマン,マッシュルーム,エリンギ,トマト,しょうが,にんにく	大豆たんぱく,ケチャップ,デミグラスソース(小麦,鶏肉),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、ゼラチン)
	星型ハッシュポテト		じゃがいも、なたね油、大豆油、米粉		塩
12日 (水)	牛乳	牛乳			
	カレーピラフ	鶏肉	米,麦,カルシウム米,大豆油	人参,玉ねぎ,ピーマン,マッシュルーム,あお豆(大豆),コーン	白ワイン,にんにく,カレー粉,チキンブイヨン(鶏肉),酒,みりん,しょうゆ,塩,こしょう
	コロコロサラダ	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),三温糖	きゅうり,大根,人参,あお豆(大豆),コーン,シークァーサー	粒入りマスタード
	鶏肉のハチミツ焼き	鶏肉	はちみつ		しょうゆ
13日 (木)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	あざりとわかめスープ	とうふ(大豆),あざり,わかめ	でん粉,ごま油	人参,長ねぎ,しめじ,こんにゃく,寒天	チキンブイヨン(鶏肉),かつお節,塩,こしょう,しょうゆ
	チンジャオロースー	ぶた肉	大豆油,三温糖,でん粉,ごま油	玉ねぎ,人参,たけのこ,ピーマン,しょうが,にんにく	酒,しょうゆ,塩,オイスターソース
	黒糖ビーンズ	大豆	黒糖		
14日 (金)	なかよしあげパン (美里幼小・北美幼小)	きな粉(大豆)	なかよしパン(小麦、乳、大豆),だいず油,黒糖,三温糖		はったい粉,ミルメークココア(大豆)
	紅芋パン (コザ幼小・越来幼小・美原幼小・諸見幼小・中学校)		紅芋パン(小麦、乳、大豆)		
	ポトフ	鶏肉,無添加ウインナー(豚肉)	じゃがいも,大豆油	玉ねぎ,人参,セロリ,白菜,にんにく	チキンブイヨン(鶏肉),塩,こしょう,かつお節
	青菜のソテー	ベーコン(豚肉)	大豆油	こまつな,コーン,人参,エリンギ	塩,こしょう
	ショコラケーキ	豆乳、おからパウダー(大豆)	砂糖、米粉、植物油脂、でん粉		ココアパウダー

日	献立名	赤の食品 おもに体をつくる もとになる	黄の食品 おもにエネルギーの もとになる	緑の食品 おもに体の調子を 整えるもとになる	調味料
17日 (月)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	中身の吸い物	豚中身,ぶた肉		こんにゃく,しいたけ,しょうが	かつお節,しょうゆ,ボークパイヨン(鶏肉、豚肉),塩
	●あお豆のあえ物(ごま)	ツナ	ねりごま,三温糖,ごま油	あお豆(大豆),れんこん,きゅうり,ブロッコリー	しょうゆ,りんご酢
	魚の塩こうじ焼き	マグロ			塩こうじ
18日 (火)	沖縄そばめん(小袋)		沖縄そば(小麦、大豆)		
	ゆし豆腐そば(汁)	ゆし豆腐(大豆),アーサ		ねぎ,しょうが	しょうゆ,塩,かつお節,豚骨
	大根のツナ和え	ツナ,しらす,わかめ	三温糖	大根,人参,きゅうり	しょうゆ,りんご酢
	ウムクシアンダギー		紅芋、もち粉、三温糖、トレハロース,大豆油		
	味付きもずく	もずく	砂糖	ソーラー果汁	酢、しょうゆ、みりん、かつおエクス
19日 (水)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	煮つけ	鶏肉,厚あげとうふ(大豆),結び昆布,チキアギ(大豆)	三温糖,大豆油	とうがん,人参,こんにゃく,しいたけ,いんげん	かつお節,しょうゆ,みりん,酒,塩
	パパヤーのウサチー	ツナ,莚わかめ	三温糖	パパイア,きゅうり,人参	特濃酢,しょうゆ,塩
	イカ天	いか、乳成分、卵粉末	小麦粉、植物油、でん粉、米粉、大豆油		
20日 (木)	牛乳	牛乳			
	ボロボロジュシー	鶏肉,麦みそ(大豆)	米,麦	人参,しいたけ,とうがん,こまつな	しょうゆ,塩,かつお節
	千切りイリチー	細切こんぶ,ぶた肉,チキアギ(大豆)	大豆油	切干大根,人参,こんにゃく	しょうゆ,みりん,塩,酒,かつお節
	キャベツ入りつくね	鶏肉	豚脂、でん粉、砂糖	キャベツ、えんどうたん白、しょうが	塩、かつお節
21日 (金)	牛乳	牛乳			
	五穀ごはん		米,胚芽押麦、あわ、丸麦、黒米、赤米		
	チキンカレー(小麦・乳無し)	鶏肉,豚レバー	じゃがいも,大豆油	にんにく,かぼちゃ,セロリ,人参,玉ねぎ,ピーマン	赤ワイン,大豆たんぱく,アレルギーフリーカレーフレーク,ボークパイヨン(鶏肉、豚肉),チキンバイヨン(鶏肉),ウスターソース(りんご、大豆),リンゴピューレー(りんご),ケチャップ,塩,カレー粉,チャッネ(りんご)
	福神漬け		砂糖	だいこん、きゅうり、しょうが、なす、れんこん、しその葉	塩、梅酢
	みかん			いよかん(予定)	
25日 (火)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米,麦		
	タコスミート	ぶた肉,豚レバー	大豆油,三温糖	人参,玉ねぎ,ピーマン,にんにく	大豆たんぱく,赤ワイン,ケチャップ,トマトソース(大豆),ウスターソース(アレルギー無し),チリソース(りんご、鶏肉、大豆),チリパウダー,塩
	●ボイルキャベツ・チーズ(乳)	チーズ(乳)		キャベツ	
	わかめスープ	わかめ	でん粉	とうがん,人参,長ねぎ,しめじ	チキンバイヨン(鶏肉),かつお節,塩,こしょう,しょうゆ

日	献立名	赤の食品 おもに体をつくる もとになる	黄の食品 おもにエネルギーの もとになる	緑の食品 おもに体の調子を 整えるもとになる	調味料
26日 (水)	牛乳	牛乳			
	あさりとトマトのリゾット	あさり,鶏肉	米,麦,カルシウム米,三温糖,大豆油	玉ねぎ,人参,しめじ,マッシュルーム,コーン,にんにく,トマト	白ワイン,パセリ,ケチャップ,トマトソース(大豆),塩,こしょう,チキンブイヨン(鶏肉)
	豚肉と野菜のソテー	ぶた肉	大豆油	人参,キャベツ,玉ねぎ,にんにく,エリンギ	しょうゆ,塩,こしょう
	ハートのハンバーグ	鶏肉、豚肉、植物性たんぱく(大豆)	豚脂、でん粉、砂糖、植物油	たまねぎ	トマトケチャップ、にんにくペースト、しょうがペースト、塩
	シークァーサーソルベ (小学6年、中学3年)		砂糖、水あめ	シークァーサー果汁	
27日 (木)	なかよしあげパン (中学校)	きな粉(大豆)	なかよしパン(小麦、乳、大豆),だいたい油,黒糖,三温糖		はったい粉,ミルクココア(大豆)
	全粒粉パン (小学校)		全粒粉パン(小麦・乳・大豆)		
	パンプキンスープ (小麦・乳無し)	鶏肉	大豆油	かぼちゃ,玉ねぎ,セロリ,ブロッコリー	アレルギーフリーシチュー,こしょう,チキンブイヨン(鶏肉)
	にんじんサラダ	とりささみ,ひよこ豆、青えんどう豆、赤いんげん豆	大豆油,三温糖	大根,人参,ブロッコリー,コーン,あお豆(大豆),シークァーサー果汁	すりおろしにんじんドレッシング,酢,塩
	チーズ	チーズ(乳)			
28日 (金)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	●クーリジシ(卵)	ぶた肉,卵,白かまぼこ(卵なし)(大豆)		とうがん,こんにゃく,しいたけ	かつお節,塩,しょうゆ,ボークブイヨン(鶏肉、豚肉)
	フーイリチー	ぶた肉	ふ(小麦),大豆油	人参,キャベツ,からし菜	塩,こしょう,しょうゆ
	魚の黒糖生姜焼き	さば	黒糖,はちみつ	しょうが	しょうゆ,みりん,塩,酒

給食センター第2調理場よりお知らせ

- ・牛乳提供無し・・・2/14(金)、2/18(火)、2/27(木)
- ・フォーモストブルーシールより卒業生(小学6年生、中学3年生)へ無償提供
「シークァーサーソルベ」・・・2/26(水)
- ・リクエスト献立「なかよしあげパン」・・・2/7(金)美原幼小、越来幼小、コザ幼小、諸見幼小
2/14(金)美里幼小、北美幼小
2/27(木)中学校
- ・リクエスト献立「タコライス」・・・2/25(火)
- ・絵本献立「おとうふやさん」・・・2/18(火)

ビタミンCたっぷりみかんがおいしい季節



いろいろなおかんきつ

