

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 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)	桜ちらし		米,砂糖、植物油（大豆）	れんこん、たけのこ、人参 かんぴょう	チキンエキス、桜の花、 昆布エキス、みりん、塩、 煮干しエキス、かつお風味調味料 酢（小麦）、しょうゆ（小麦大 豆）
	菜の花のお吸い物	あさり,木綿豆腐,魚肉		菜の花,人参,しいたけ,ゆず	かつお節,だし昆布,みりん,しょう ゆ,塩
	ちくわの磯辺天ぷら	魚肉すり身、あおさ	砂糖、植物油、小麦粉、 でん粉		塩
	ひなあられ	のり	もち粉、砂糖		小麦粉不使用しょうゆ
4日 (火)	牛乳	牛乳			
	鶏ぞうすい	鶏肉,油揚げ（大豆）	米,麦,大豆油	人参,大根,こまつな,エリン ギ,しいたけ	かつお節,チキンブイヨン（鶏肉）, しょうゆ,酒,塩
	じゃがいもの彩り炒め	ベーコン（豚肉）	じゃがいも,調合油	ピーマン,玉ねぎ,人参,コー ン	塩,こしょう
	小いわしのから揚げ	いわし	上新粉（米粉）,でん粉, だいたい油		塩,こしょう
5日 (水)	牛乳	牛乳			
	ゆかりごはん		米,麦、砂糖	赤しそ	塩、梅酢
	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,ボークブイヨン（鶏肉、 豚肉）,しょうゆ,塩
	ひじき炒め煮	ひじき,ぶた肉,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,こまつ な,にら	しょうゆ,みりん,塩,ボークブイヨン （鶏肉、豚肉）,かつお節

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			
	スパゲティボンゴレ	あさり、ベーコン（豚肉）	スパゲティ（小麦）、大豆油	玉ねぎ、人参、ピーマン、しめじ、マッシュルーム、にんにく	パセリ、塩、こしょう、白ワイン
	☆白玉フルーツ		でん粉、もち米粉、上新粉、砂糖	パイン、みかん、黄桃、シークァーサー	
	くるま麩と鶏肉のナゲット	鶏肉	なたね油、麩	にんにく	しょうゆ、塩、こしょう
7日 (金)	玄米ごはん		米、玄米		
	☆ポークカレー（乳・小麦なし）	ぶた肉、豚レバー、大豆	じゃがいも、大豆油	人参、玉ねぎ、ピーマン、あお豆（大豆）、にんにく、ブルーン	アレルゲンフリーカレーフレーク、チキンブイヨン（鶏肉）、ウスターソース（りんご、大豆）、赤ワイン、ケチャップ、リンゴビュレー（りんご）、カレー粉、塩
	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、あお豆（大豆）、コーン、シークァーサー	粒入りマスタード、塩
	ソファール元気	脱脂粉乳	砂糖、クリーム		ゼラチン、寒天
10日 (月)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	アーサと冬瓜のすまし汁	アーサ、白かまぼこ（卵なし）（大豆）		とうがん、人参、ねぎ、しいたけ、しょうが	しょうゆ、塩、かつお節
	豆腐チャンプルー	とうふ（大豆）、ぶた肉	大豆油	キャベツ、もやし、人参、しょうが	塩、しょうゆ
	さんまの蒲焼き	さんま	だいず油、三温糖、でん粉、白ごま	しょうが	しょうゆ、みりん、酒
11日 (火)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	みそけんちん汁	赤みそ（大豆）、麦みそ	さといも	人参、大根、ごぼう、玉ねぎ、長ねぎ	かつお節、塩
	ひじきサラダ	ひじき、とりささみ	三温糖	キャベツ、きゅうり、人参、シークァーサー	酢、しょうゆ
	鶏肉の照り焼き	とり肉	三温糖、水あめ	にんにく	しょうゆ、みりん、酒、しょうが
12日 (水)	うっちゃんライス	鶏肉	米、麦、カルシウム米、大豆油	人参、玉ねぎ、しいたけ、いんげん、にんにく	酒、うっちゃん粉、カレー粉、しょうゆ、チキンブイヨン（鶏肉）、塩
	●春雨サラダ（卵）	ハム（豚肉、大豆）、錦糸卵、わかめ	はるさめ、ごま油、三温糖	きゅうり、人参	酢、しょうゆ、塩
	焼きぎょうざ	豚肉、鶏肉、大豆粉	でん粉、水あめ、植物油	キャベツ、玉ねぎ、にら、しょうが	しょうゆ、塩、酢
	さくらゼリー		砂糖、水あめ	さくらんぼ果汁	
13日 (木)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	三色そばろ（丼）	とり肉、豚レバー、大豆	三温糖、調合油	人参、あお豆（大豆）、コーン、しいたけ、きくらげ、にんにく、しょうが	しょうゆ、塩、酒、みりん
	高野豆腐のみそ汁	こうや豆腐、白かまぼこ（卵なし）（大豆）、わかめ、麦みそ		大根、人参、長ねぎ、しょうが	かつお節
	チビパイン缶			パイナップル	
14日 (金)	牛乳	牛乳			
	コッペパン		コッペパン（小麦、乳、大豆）		
	白花豆のスープ	鶏肉、ベーコン（豚肉）、白いんげん豆、国産白いんげん（ペースト）	じゃがいも、でん粉、大豆油	玉ねぎ、白菜、セロリ、人参、あお豆（大豆）	パセリ、チキンブイヨン（鶏肉）、こしょう、塩
	●花野菜サラダ（ごま）		三温糖、白ごま	ブロッコリー、カリフラワー、人参、きゅうり	しょうゆ、酢、りんご酢、塩
	ウィンナーのチリソースがけ	ウィンナー（牛肉、豚肉、小麦）	三温糖	玉ねぎ、トマト、にんにく	ケチャップ、チリソース（りんご、鶏肉、大豆）

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			
	わかめごはん	わかめ	米、砂糖		食塩
	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)		とうがん,こんにゃく,しいたけ	ポークフィヨン(鶏肉、豚肉),かつお節,みりん
	●にんじんシリシリ(卵)	大豆,ツナ,卵	大豆油,ごま油	人参,玉ねぎ,にら	塩,しょうゆ
18日 (火)	牛乳	牛乳			
	チキンライス	鶏肉	米,麦,大豆油	マッシュルーム,コーン,人参,玉ねぎ,グリーンアスパラ	パプリカパウダー,ケチャップ,チキンフィヨン(鶏肉),塩,こしょう
	青菜のおかかマヨ和え	糸けすり	エッグケア(大豆)	こまつな,もやし,きゅうり,人参	しょうゆ,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


給食センター第2調理場よりお知らせ


- ・牛乳無し・・・3/3（月）、3/7（金）、3/11（水）
- ・桃の節句献立・・・3/3（月）
- ・リクエスト献立「白玉入りフルーツポンチ」・・・3/6（木）
- ・リクエスト献立「カレー」・・・3/7（金）

(☆印はリクエスト献立です)

- ・絵本献立「ごはんのにおい」・・・3/13（木）



令和7年4月から、加工食品の表示方法が変わります！

加工食品の表示について、単品で提供される場合は、詳細が分かるように記載します。
下記の通り、変更となります。

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
旧 表示 ↓ 新 表示	ミニ肉まん	豚肉 大豆粉	小麦粉 砂糖 調整ラード 植物油脂(大豆) 豚脂 (豚肉) パン粉(小麦、 大豆) ごま油(ごま)	たまねぎ きゃべつ ねぎ 椎茸 生姜	イースト 食塩 醤油(小麦、大 豆) オイスターソース
	ミニ肉まん	小麦粉 砂糖 調整ラード 脂(豚肉) パン粉(小麦、大豆) 醤油(小麦、大豆)	イースト 植物油脂(大豆)	大豆粉 食塩 たまねぎ オイスターソース 生姜	きゃべつ ねぎ 椎茸 豚肉 豚 ごま油(ごま)

※自己管理能力をつけるために、学校給食予定（アレルギー詳細）献立表が届きましたら、お子さんと一緒に確認しましょう。
そして、当日の朝にも家庭で確認してきてください。

○令和6年度 給食の活動まとめ

- ・7、8月・・・パリオリンピック応援献立
- ・10月・・・琉球ゴールデンキングス応援献立
- ・11月・・・沖縄州市制施行50周年お祝い献立
防災給食体験
- ・12～3月・・・リクエスト献立
12月(ラーメン)
1月(カレー、フルーツポンチ)
2月(なかよしあげパン、カレー、タコライス)
3月(カレー、白玉入りフルーツポンチ)
- ・1月・・・2023年沖縄県健康レシピコンテスト最優秀賞献立の採用
「紅芋ゴーヤーチーズサラダ」
全国給食週間(24日～30日)
味わいカード
全国の郷土料理の提供(沖縄県、東京都、熊本県)

1年間ありがとうございました。3月18日(火)で、今年度の給食が終了します。今年度も1年間、学校給食、食育の取り組みに深いご理解とご協力をいただきましてありがとうございました。来年度も給食センター職員一同、力を合わせて安全でおいしい給食作り、子供たちの体を心を育む食育に力を注いでいきたいとおもいます。

そつ ぎょう しん きゅう
卒業・進級おめでとう！

