

令和6年11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 もとなる	黄の食品 おもにエネルギーの もとなる	緑の食品 おもに体の調子を 整えるもとなる	調味料
1日 (金) 沖縄市 市制 施行 50周年 お祝 い献立	ごはん		米		
	中身汁	豚中身,ぶた肉		こんにゃく,しいたけ,ねぎ, しょうが	かつお節,しょうゆ(小麦、大豆), 塩,ポークフィヨン(鶏肉、豚肉)
	テークニウサチー		さとう	大根,人参	しょうゆ,特濃酢(小麦),塩
	さばのネギソースがけ	さば	三温糖,ごま油	長ねぎ, にんにく, しょう が	しょうゆ
	お祝いのり	乾燥のり, いりこ	さとう	しいたけ	昆布酵母エキス, かつお節, 唐辛 子, みりん, 塩
5日 (火)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	マーボー大根	ぶた肉,とうふ(大豆),大 豆,白みそ(大豆),赤みそ (大豆)	三温糖,でん粉,ごま油	大根,人参,玉ねぎ,ピーマン, にら,しいたけ,きくらげ, しょうが	にんにく,テンメソジャン(小麦, 大豆),みりん,オイスターソ ース(大豆),豆板醬,塩
	海藻サラダ	白きくらげ, つのまた, 昆 布,糸けすり	三温糖	きゅうり,人参,コーン	しょうゆ,酢,みりん,塩
	多菜包子(ターサイパ オズ)	豚肉, 鶏肉, ひじき	でん粉, パン粉(小麦、大 豆) 砂糖、植物油(こ ま)、小麦粉	キャベツ, たまねぎ, しょ うが	醤油、カキエキス調味料、食塩

給食センター第2調理場よりお知らせ

【特別食や行事食】

11/1(金) 沖縄市市制施行50周年お祝い献立

11/7(木) 防災給食の体験(災害時に備えて非常食の準備や防災への意識を持ってほしいと思い実施します。)

11/14(木) 琉球料理の日(毎月第三木曜日)、11/15(金) いい芋の日(11月16日)、11/19(火) 食育の日

11/25(月) いい和食の日(11月24日)、11/27(水) 絵本献立の日「たまごにいちゃんとたまごねえちゃん」

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 (水)	牛乳	牛乳			
	カラフルピラフ	鶏肉	米,押し麦,カルシウム米,大豆油	人参,玉ねぎ,ピーマン,コーン,あお豆(大豆)	白ワイン,にんにく,塩,こしょう,しょうゆ,チキンブイヨン(鶏肉)
	ココロサラダ	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,コーン,シークァーサー	粒入りマスタード,食塩
	肉だんごケチャップたれ	鶏肉,粒状植物たんぱく(大豆)	豚脂,砂糖,なたね油,植物油,でん粉	たまねぎ	トマトケチャップ,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,小麦不使用しょうゆ
7日 (木) 防災給食	給食カレー (アレルギー特定原材料28品目不使用学校給食用非常食)		うるち米,じゃがいも,植物油,粉アメ	コーン,にんじん,たまねぎ,しめじ	トマトジュース,カレーパウダー,食塩
	フォカッチャ		フォカッチャ(小麦,大豆)		
	キャベツとベーコンのスープ	ベーコン(豚肉),国産白いんげん(ペースト)	じゃがいも	人参,玉ねぎ,とうがん,キャベツ,セロリ,しめじ,パセリ	ポークブイヨン(鶏肉,豚肉),塩,こしょう
	アップル&キャロットジュース			りんご,にんじん	
8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,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
	ブロッコリーとカリフラワーのサラダ	チリメン	三温糖,ノンエッグマヨネーズ(大豆)	ブロッコリー,カリフラワー,人参,シークァーサー	粒入りマスタード,塩
	メイプルジャム		メイプルシュガー,寒天,砂糖		
11日 (月)	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)		しいたけ,とうがん,こんにゃく	かつお節,ポークブイヨン(鶏肉,豚肉),みりん
	パパイアイリチー	チキアギ(大豆),ツナ	大豆油	パパイア,人参,玉ねぎ,にら	しょうゆ,塩,にんにく,かつお節
	魚の塩こうじ焼き	さば			塩こうじ
12日 (火)	牛乳	牛乳			
	スパゲティナポリタン	ぶた肉,無添加ウインナー(豚肉)	スパゲティ(小麦),大豆油,オリーブ油	人参,玉ねぎ,ピーマン,しめじ,マッシュルーム,トマト	ケチャップ,ウスターソース(りんご,大豆),チャッネ(りんご),白ワイン,にんにく,こしょう,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)
	ポテトフライ		じゃがいも,パーム油,だいたいず油		塩,こしょう
13日 (水)	牛乳	牛乳			
	ゆかりごはん		米		ゆかり
	さつま汁	鶏肉,油揚げ(大豆),赤みそ(大豆),白みそ(大豆)	さつまいも	人参,大根,ごぼう,ねぎ,しょうが	かつお節
	クーブイリチー	こんぶ,ぶた肉,チキアギ(大豆)	大豆油	人参,こんにゃく	しょうゆ,みりん,酒,かつお節,塩
	かき			かき	

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
14日 (木) 郷土 料理の 日	牛乳	牛乳			
	クープジュージ	ぶた肉,細切こんぶ,白かまぼ こ(卵なし)(大豆)	米,麦,カルシウム米,大豆油	切干大根,人参,ねぎ	かつお節,塩,しょうゆ,みりん,酒
	●いかの酢みそ和え (イカ)	イカ,しらす,甘口白みそ(大 豆),赤みそ(大豆)	三温糖	大根,きゅうり,もやし	りんご酢(リンゴ)
	鶏肉のハチミツ焼き	とり肉	はちみつ		しょうゆ
15日 (金)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	冬瓜のみそ汁	鶏肉,赤みそ(大豆),白みそ (大豆)		とうがん,しいたけ,人参,さ んとうさい	かつお節,塩
	ひじきのシーカーサ和え	ひじき,とりささみ	三温糖	キャベツ,きゅうり,人参, シーカーサー	酢,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		
18日 (月)	牛乳	牛乳			
	大豆入りクファジュー シー	鶏肉,白かまぼこ(卵なし) (大豆),大豆	米,麦,カルシウム米,大豆油	人参,ねぎ,しいたけ	しょうゆ,酒,みりん,塩,かつお節
	春雨あえ物	ハム(豚肉,大豆),わかめ	はるさめ,ごま油,三温糖	きゅうり,もやし,人参	酢,しょうゆ,塩
	ちくわの磯辺天ぷら	魚肉すり身,あおさ	さとう,でん粉,小麦粉, 大豆油,植物油		食塩
19日 (火) 食育の 日	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	シカムドゥッチ	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,ポークパイオン(鶏肉, 豚肉),しょうゆ,塩
	もやしの和えもの		三温糖	もやし,きゅうり,こまつな, 人参,コーン	しょうゆ,酢,塩
魚のみそゆうあん焼き	マグロ,甘口白みそ(大豆)	三温糖	しょうが	しょうゆ,みりん,酒	
20日 (水)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	もずく丼(具)	もずく,ぶた肉,粒状大豆た んぱく(大豆)	三温糖,大豆油,でん粉,ごま 油	玉ねぎ,コーン,人参,ビーマ ン,あお豆(大豆),しょう が,にんにく	しょうゆ,みりん,塩,こしょう,かつお 節
	ゆし豆腐汁	ゆし豆腐(大豆),わかめ,白 みそ(大豆)		ねぎ,しょうが	かつお節,しょうゆ,塩
	パイン缶			パインアップル	
21日 (木)	牛乳	牛乳			
	沖縄そばめん(小袋)		沖縄そば(小麦,大豆)		
	野菜そば汁	ぶた肉,白かまぼこ(卵なし) (大豆)		しいたけ,キャベツ,人参,玉 ねぎ,もやし,ねぎ,しょうが	かつお節,しょうゆ,みりん,酒,塩, ポークパイオン(鶏肉,豚肉)
	●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
べにいもコロッケ		紅芋,じゃがいも,パン粉 (小麦,大豆),小麦粉, でん粉,砂糖,大豆油		食塩,こしょう	

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
22日 (金)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	こうや豆腐のみそ汁	こうや豆腐(大豆), 麦みそ(大豆), 赤みそ(大豆)		白菜, 人参, とうがん, しょうが	かつお節, 塩
	デークニーイリチー	ふた肉, 厚あげとうふ(大豆)	三温糖, 大豆油	大根, 人参, こまつな, しいたけ	しょうゆ, みりん, 塩, かつお節
	とり天	鶏肉	さとう, 小麦粉, でん粉, でん粉, 大豆油, コーン粉		しょうゆ, 酒, 食塩
25日 (月)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	沢煮椀	鶏肉		しいたけ, 人参, 大根, ごぼう, たけのこ	だし昆布, かつお節, 塩, しょうゆ, みりん, 酒
	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
	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
26日 (火)	牛乳	牛乳			
	きのこ雑炊	鶏肉	米, 麦, 大豆油	人参, 玉ねぎ, しめじ, えりんぎ, しいたけ, チンゲン菜	かつお節, チキンブイヨン(鶏肉), しょうゆ, 酒, 塩
	ヌンクエーグァ	ふた肉, チキアギ(大豆), 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
	きびなごフライ	きびなご, 大豆粉	パン粉(小麦・大豆) 小麦粉, でん粉, 砂糖, ショートニング, 植物油, だいたず油		塩
27日 (水)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	鶏肉と大根の煮物	とり肉, 結び昆布, 厚あげとうふ(大豆)	三温糖	大根, 人参, こんにゃく, こまつな, しょうが	しょうゆ, みりん, 酒, 塩, かつお節
	●手作りふりかけ(ごま)	チリメン, 糸けずり, 青のり	白ごま, 三温糖		しょうゆ
	厚焼き卵	卵	植物油, 砂糖, でん粉		酢, 食塩, ゼラチン
28日 (木)	牛乳	牛乳			
	コッペパン		コッペパン(小麦, 乳, 大豆)		
	手づくり黄金芋のジャム		黄金芋, 三温糖		リンゴピューレー(りんご), 白ワイン
	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	アレルゲンフリーシチュー, チキンブイヨン(鶏肉), 塩, こしょう
	アスパラサラダ	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	グリーンアスパラ, 人参, きゅうり, コーン, シークァーサー	粒入りマスタード, 酢, 食塩
29日 (金)	牛乳	牛乳			
	玄米ごはん		米, 玄米		
	チキンカレー(小麦・乳なし)	鶏肉, 豚レバー, 粒状大豆たんぱく(大豆)	じゃがいも, 大豆油	にんにく, セロリ, 人参, 玉ねぎ, ビーマン, かぼちゃ	赤ワイン, アレルゲンフリーカレーフレーク, ポークブイヨン(鶏肉, 豚肉), チキンブイヨン(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)
	●杏仁豆腐フルーツ(乳)		杏仁豆腐(乳, 大豆)	パイナップル, みかん, 黄桃, シークァーサー	

|

