



令和3年6月

学校給食予定献立表(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(表示義務)7品目	特定原材料に準ずる(表示の推奨)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 ばなな もも りんご まつたけ やまいも

2. 献立名の黒丸(●)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6品目です。除去食の提供はアレルゲン6品目を含む
和え物(サラダ、フルーツ和えを含む)などです。

除去食対応アレルゲン6品目	卵 乳 えび かに いか たこ
---------------	-----------------

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。

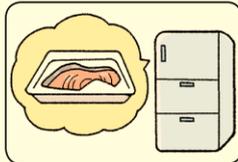
※毎週木曜日は幼稚園欠食です。

◆◆◆食中毒予防の3原則◆◆◆

つけない

増やさない

やっつける



県産菓子の
魅力発信事業
があります

沖縄県産菓子の魅力を発信する取り組みとして
児童生徒へ無償提供があります。
今月は、『あさひのシークワーサーゼリー』が
登場します。お楽しみに☆

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 (火)	牛乳	牛乳			
	むぎごはん		麦、米		
	麻婆豆腐	豚肉、赤みそ(大豆)、大豆、豆腐(大豆)	ごま油(ごま・大豆)、でん粉、三温糖、大豆油(大豆)	きくらげ、しいたけ、しょうが、たけのこ、にら、玉ねぎ、人参、にんにく	しょうゆ(小麦・大豆) 豆板醤、テンメンジャン(小麦・大豆・ごま)、塩
	●バンサンス(たまご)	ハム(豚肉・大豆・鶏肉)、たまご	ごま油、はるさめ、三温糖、白ごま、でん粉、植物油	きゅうり、こまつな、人参	しょうゆ、塩、酢(小麦)、みりん、鯉節エキス
	くだもの			パイン缶(予定)	
2日 (水)	牛乳	牛乳			
	白ごまタンタンうどん	ちくわ、鶏肉、大豆、豆乳(大豆)、白みそ(大豆)、麦みそ(大豆)、油揚げ(大豆)	白ごま、ごま油、三温糖、大豆油、うどん(小麦)	しいたけ、しょうが、ほうれん草、人参、長ねぎ、白菜	かつお節、しょうゆ、チキンブイヨン(鶏肉)、塩
	ゴボウサラダ	ツナ	ノンエッグマヨネーズ(大豆)、三温糖	きゅうり、ごぼう、れんこん	しょうゆ、みりん、りんご酢(りんご)
	ウムクジ天ぷら		大豆油、紅いも、もち粉、砂糖		
	ごまなしミニフィッシュ	カタクチイワシ	砂糖、でん粉		塩

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	
3日 (木)	牛乳	牛乳				
	小学校 揚げパン	きな粉 (大豆)	コッペパン (小麦・乳・大豆)、大豆油 (大豆)、三温糖、黒糖、粉末アーモンド			
	中学校 コッペパン		コッペパン (小麦・乳・大豆)			
	林檎ジャム		水あめ、砂糖	りんご		
	幼稚園 欠食	ミネストローネスープ	ベーコン (豚肉)、大豆	じゃがいも	アスパラ、セロリ、玉ねぎ、人参、パセリ、にんにく	ウスターソース (りんご・大豆)、こしょう、しょうゆ、トマトペースト、ポークフィヨン (鶏肉・豚肉)、塩
コールスローサラダ	とりささみ	植物油脂、砂糖、水あめ、でん粉	キャベツ、きゅうり、コーン、カリフラワー、人参、レモン・パインアップル果汁、オニオンエキス	塩、酢		
4日 (金)	牛乳	牛乳				
	紅いもご飯	鶏肉	紅イモ、大豆油、麦、米	きくらげ、しいたけ、ねぎ、人参	かつお節、しょうゆ、みりん、塩、酒	
	魚のみそマヨ焼き	鮭、甘口白みそ (大豆)	ノンエッグマヨネーズ			
	ひじきのサラダ	ツナ、ひじき、しらす	オリーブ油、三温糖、白ごま	小松菜、モーウイ、きゅうり、人参、キャベツ、シークァーサー果汁	しょうゆ、酢 (小麦)、塩、こしょう	
	ミニ納豆	大豆	砂糖		しょうゆ (大豆・小麦)、塩	
7日 (月)	牛乳	牛乳				
	むぎごはん		麦、米			
	シカムドゥチ	豚肉、白かまぼこ (大豆)		こんにゃく、しいたけ、しょうが、とうがん	かつお節、しょうゆ、塩、ポークフィヨン	
	ゴーヤーのみそきんぴら炒め	鶏肉、赤みそ (大豆)、大豆	ごま油、三温糖、白ごま	ゴーヤー、玉ねぎ、人参	酒	
	魚の香味だれかけ	まぐろ	ごま油、でん粉、三温糖	長ねぎ、にんにく	しょうゆ、塩、酒、酢、こしょう	
8日 (火)	牛乳	牛乳				
	サムゲタン風雑炊	鶏肉	ごま油、もち米、米	しいたけ、しょうが、とうがん、ねぎ、人参、玉ねぎ、白菜、にんにく	チキンフィヨン、塩、こしょう、しょうゆ	
	ヤンニョムチキン	鶏肉	三温糖、でん粉	しょうが、にんにく	ケチャップ、コチジャン (大豆)、しょうゆ、塩、こしょう	
	キャベツの海苔ジャコ和え	しらす、刻みのり	ごま油、三温糖	キャベツ、もやし、小松菜、人参	しょうゆ、塩、酢	
	ヨーグルト	生乳 (乳)、乳製品	砂糖			
9日 (水)	牛乳	牛乳				
	ピタパン		ピタパン (小麦・乳・大豆)			
	ケバブ風スパイスチキン	ケバブサンド	鶏肉	にんにく	カレー粉、ガラムマサラ、チリパウダー、塩	
	ケバブ風オーロラサラダ		ノンエッグマヨネーズ	キャベツ、きゅうり、レモン果汁	ケチャップ、チリパウダー	
	グリーンスープ	鶏肉、大豆、豆乳 (大豆)、白花豆ペースト	じゃがいも、大豆油	グリーンピース、セロリ、マッシュルーム、フロッキー、しめじ、コーン、玉ねぎ、人参、パセリ	こしょう、しょうゆ、チキンフィヨン、塩	
10日 (木)	牛乳	牛乳				
	むぎごはん		麦、米			
	シブインブシー	豆腐 (大豆)、豚肉、結び昆布、赤みそ (大豆)	でん粉、大豆油	とうがん、小松菜、人参、大根、こんにゃく	かつお節、塩	
	幼稚園 欠食	切り干し大根のはりはり漬け	ハム (豚肉・大豆・鶏肉)、糸けすり	三温糖、白ごま	きゅうり、角切り切干大根、人参	しょうゆ、塩、酢
	ゆで卵	たまご				

よいかむと
いいことがいっぱい!



ひまん予防

のうの活性化



消化・吸収をたすける



むしば予防



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	
11日 (金)	牛乳	牛乳				
	小学校	コッペパン		コッペパン(小麦・乳・大豆)		
		林檎ジャム		水あめ、砂糖	りんご	
	中学校	揚げパン	きな粉(大豆)	コッペパン(小麦・乳・大豆)、大豆油、三温糖、黒糖、粉末アーモンド		
		白花豆のポタージュスープ	ベーコン(豚肉)、鶏肉、大豆、豆乳(大豆)、白花豆ペースト	じゃがいも、大豆油	セロリ、玉ねぎ、人参、白菜	こしょう、チキンブイヨン、塩
	コブサラダ		アーモンド、ノンエッグマヨネーズ、三温糖、植物油、水あめ、砂糖	カリフラワー、きゅうり、コーン、キャベツ、レモン果汁、赤ピーマン、ピクルス、ブルーベリー、にんにくエキス	しょうゆ、ケチャップ、塩、酢	
シークワサーゼリー	寒天	砂糖	シークワサー果汁			
14日 (月)	牛乳	牛乳				
	クープジュシー	豚肉、細切昆布	大豆油、米	しいたけ、ねぎ、人参	しょうゆ、みりん、塩、酒、ポークブイヨン、かつお節	
	鶏肉のハチミツ焼き	鶏肉	ごめ油、はちみつ		しょうゆ	
	パパイヤサラダ	ツナ	白ごま、三温糖	コーン、きゅうり、パパイヤ、人参	しょうゆ、りんご酢	
	冷凍みかん			みかん		
15日 (火)	牛乳	牛乳				
	もちきびごはん		もちきび、米			
	ハヤシライス	牛肉	じゃがいも、大豆油	グリーンピース、マッシュルーム、玉ねぎ、人参、にんにく	デミグラスソース(小麦・鶏肉)、ハヤシルウ(小麦・大豆・牛肉)、塩、赤ワイン、ケチャップ	
	ピクルス風サラダ		三温糖	きゅうり、レモン果汁、黄ピーマン、赤ピーマン、大根	りんご酢、塩	
	くだもの			黄桃缶(予定)		
16日 (水)	牛乳	牛乳				
	沖縄そば麺	ゆし豆腐 そば	沖縄そば(小麦)			
	ゆし豆腐汁		アーサ、ゆし豆腐(大豆)	しょうが、ねぎ	かつお節、しょうゆ、塩	
	きびなごのから揚げ	きびなご	でん粉、大豆油		塩、こしょう	
	野菜炒め	ツナ、豚肉	ごま油、大豆油	キャベツ、しめじ、もやし、玉ねぎ、人参、にんにく	こしょう、しょうゆ、塩	
	ベビーチーズ	ナチュラルチーズ(乳)			重曹	
17日 (木)	牛乳	牛乳				
	むぎごはん		麦、米			
	じゃがいものそばろ煮	豚肉、ボール天、大豆	じゃがいも、でん粉、大豆油	しいたけ、玉ねぎ、人参、大根、しらたき	かつお節、しょうゆ、みりん、塩、酒	
	魚のピリ辛焼き	まぐろ	白ごま、ごま油、三温糖	にんにく	しょうゆ、みりん、酒、豆板醤	
	千草和え	とりささみ	三温糖	きゅうり、こまつな、もやし、人参	しょうゆ、塩、酢	
18日 (金)	牛乳	牛乳				
	コッペパン	チリドッグ	コッペパン(小麦・乳・大豆)			
	ウインナーのチリソースかけ		ウインナー(豚肉)	三温糖	玉ねぎ、にんにく	トマトピューレ、ケチャップ、チリソース(りんご・鶏肉・大豆)
	ベジタブルスープ	ベーコン(豚肉)	じゃがいも	しめじ、セロリ、玉ねぎ、人参、大根、白菜、パセリ	こしょう、しょうゆ、ポークブイヨン、塩	
スイートポテトサラダ	大豆	アーモンド、ノンエッグマヨネーズ、さつまいも、はちみつ	あお豆(大豆)、コーン、オニオンパウダー、ガーリックペースト、レモン果汁、ライム果汁、ゆず果汁	酢、塩		

県産菓子の魅力発信☆

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
21日 (月) 慰霊の日献立	牛乳	牛乳			
	ポロポロジューシー	ひじき、豚肉	大豆油、米	えのき、パクチョイ、玉ねぎ、人参	かつお節、しょうゆ、ポークフィヨン、塩
	厚揚げのみそ炒め	豚肉、角あげ(大豆)、赤みそ(大豆)	大豆油	こまつな、しょうが、玉ねぎ、人参、にんにく	しょうゆ、みりん、塩
	焼き芋		さつまいも		
22日 (火)	牛乳	牛乳			
	五穀ごはん		米、五穀米		
	へちまのみそ汁	豆腐(大豆)、赤みそ(大豆)、白みそ(大豆)	じゃがいも	長ねぎ、へちま、人参	かつお節、塩
	さばのボン酢かけ	さば	三温糖	シークワサー果汁	しょうゆ、酢
	きんぴらごぼう	豚肉	三温糖、大豆油、白ごま	ごぼう、こんにゃく、ピーマン、人参	かつお節、しょうゆ、みりん、七味唐辛子(ごま)
24日 (木) 幼稚園欠食	牛乳	牛乳			
	和風きのこスパゲティ	鶏肉	スパゲティ(小麦)、大豆油	えのき、しいたけ、しめじ、にんにく、マッシュルーム、玉ねぎ、小松菜、人参	しょうゆ、塩
	ブロッコリーのカレー粉あえ	ハム(豚肉・大豆・鶏肉)	オリーブ油、三温糖	キャベツ、ブロッコリー、黄ピーマン、赤ピーマン	カレー粉、りんご酢、塩、こしょう
	かぼちゃグラタン	豆乳(大豆)	ショートニング、米粉、マッシュポテト、砂糖、チキンオイル(鶏肉)、水あめ、でん粉	かぼちゃ、かぼちゃペースト、玉ねぎ	塩
	お芋大福		さつまいも、もち粉、上白糖、グラニュー糖、コーンスターチ、なたね油、水あめ、でん粉		塩
25日 (金)	牛乳	牛乳			
	なかよしパン		なかよしパン(小麦・乳・大豆)		
	チキンビーンズスープ	鶏肉、大豆	じゃがいも、三温糖、大豆油	ブロッコリー、玉ねぎ、人参、トマト	ウスターソース、ケチャップ、こしょう、チキンフィヨン、ハヤシルウ、塩、赤ワイン
	カットコーン ●フルーツヨーグルト(乳)	ヨーグルト(乳)	砂糖	とうもろこし りんご、みかん、黄桃、洋なし、ぶどう、パイナップル、チェリー、ナタデココ	
28日 (月)	牛乳	牛乳			
	むぎごはん		麦、米		
	ソーキの煮つけ	角あげ(大豆)、結び昆布、ソーキ(豚)	三温糖	こんにゃく、パクチョイ、人参、大根	かつお節、しょうゆ、みりん、塩、酒
	ちくわのマヨネーズ焼き	ちくわ、糸けすり、青のり	ノンエッグマヨネーズ		
	ずんだ白玉	白花豆ペースト、青大豆ペースト(大豆)	三温糖、もち米粉(大豆)、でん粉		塩
29日 (火)	牛乳	牛乳			
	もちきびごはん		もちきび、米		
	カルピスープ	豚肉、豚バラ肉、たまご、赤みそ(大豆)	ごま油、砂糖	しいたけ、にら、ねぎ、人参、大根、白菜、玉ねぎ、りんご、にんにく、しょうが、唐辛子	チキンフィヨン、みりん、豆板醤、塩、しょうゆ(小麦・大豆)、昆布エキス、カツオエキス(さば)
	魚のシークワサーソースかけ	しいら	大豆油、でん粉、三温糖	シークワサー果汁	しょうゆ
	梅肉の即席漬け	糸けすり	三温糖	きゅうり、モーウイ、梅肉(りんご・大豆)	りんご酢、しょうゆ
30日 (水)	牛乳	牛乳			
	山菜おこわ	鶏肉	もち米、大豆油、米	きくらげ、しいたけ、わらび、たけのこ、きくらげ、えのき、人参、ぜんまい、ふき	かつお節、しょうゆ、みりん、塩、酒
	魚のじゃがみそ焼き	まぐろ、白みそ(大豆)	ノンエッグマヨネーズ、じゃがいも	パセリ	みりん、塩、酒、こしょう
	シークワサーサラダ		オリーブ油、三温糖	キャベツ、きゅうり、シークワサー果汁、もやし、黄ピーマン、大根	こしょう、しょうゆ、りんご酢、塩
	いよかんゼリー	寒天	砂糖	いよかん濃縮果汁	