



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。



食材の無償提供が登場する日を「エイ坊」マークで示しています。

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 (木) 幼稚園 欠食	牛乳	牛乳			
	中華麺		中華めん(小麦・大豆・ごま)		
	中華たれ		砂糖、ごま油(ごま)、なたね油、でん粉	レモン果汁	酢(りんご)、食塩、しょうゆ(小麦・大豆)
	冷やし中華の具	とりささみ、ハム(大豆・豚肉)、わかめ	ごま油、三温糖、白ごま	きゅうり、もやし	しょうゆ(大豆・小麦)、酢(小麦)
	鶏肉と根菜のピリ辛炒め煮	鶏肉	さつまいも、でん粉、三温糖、大豆油	きくらげ、ごぼう、しいたけ、しめじ、たけのこ、ピーマン、れんこん、玉ねぎ、人参、赤ピーマン、にんにく	オイスターソース(大豆)、しょうゆ(大豆・小麦)、チキンブイヨン(鶏肉)、みりん、塩、酒、酢
紅芋ごま団子		紅芋ペースト、もち粉、白ごま、砂糖、白玉粉、水あめ、ラード、大豆油		塩	
2日 (金)	牛乳	牛乳			
	コッペパン		コッペパン(小麦、乳、大豆)		
	へちまのクリーム煮	鶏肉、ベーコン(豚肉)、生クリーム(乳)、脱脂粉乳(乳)	じゃがいも、小麦粉、マーガリン(乳・大豆)、大豆油	あお豆(大豆)、しめじ、セロリ、へちま、マッシュルーム、玉ねぎ、人参、白菜、にんにく、パセリ	チキンブイヨン、塩、こしょう
	彩りナッツサラダ	とりささみ	オリーブ油、三温糖、アーモンド	キャベツ、きゅうり、コーン、シークアーサー果汁	粒入りマスタード、こしょう、しょうゆ、塩、酢(小麦)
チキンの香草焼き	鶏肉	オリーブ油	にんにく、バジル	塩、こしょう	

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
5日 (月)	牛乳	牛乳			
	あわごはん		あわ、米		
	アーサ汁	アーサ、絹ごし豆腐(大豆)		とうがん、ねぎ、人参	かつお節、しょうゆ、塩、酒
	きんぴらレンコン	チキアギ(大豆)、豚肉	ごま油、三温糖、白ごま、大豆油	きくらげ、ごぼう、こんにゃく、にら、れんこん、人参	しょうゆ、みりん、塩、七味唐辛子(ごま)、かつおだし
	手作りふりかけ	チリメン、糸けすり、青のり	三温糖、白ごま		しょうゆ
びとくち黒糖		さとうきび			
6日 (火)	牛乳	牛乳			
	トマトリゾット	ベーコン(豚肉)、鶏肉	オリーブ油、じゃがいも、押麦、三温糖、大豆油、米	コーン、しめじ、トマト、玉ねぎ、人参、パセリ、にんにく	こしょう、チキンブイヨン、トマトソース(大豆)、トマトピューレ、塩、白ワイン
	豚肉と野菜のソテー	豚肉	乳不使用マーガリン(大豆)、大豆油	えのき、エリンギ、キャベツ、たけのこ、玉ねぎ、人参、にんにく	塩、しょうゆ、こしょう
さつまパイ		さつまいも、小麦粉、砂糖、マーガリン(乳・大豆)パン粉(小麦)、大豆油	レーズン	食塩	
7日 (水)	牛乳	牛乳			
	ちらしずし	油揚げ(大豆)	米、砂糖、植物油脂	にんじん、たけのこ、れんこん、かんぴょう、干しいたけ	しょうゆ(大豆・小麦)、食塩、酢、鰹節風調味料(小麦)みりん、昆布エキス、チキンエキス(鶏肉)、煮干エキス
	魚ソーメン汁	魚そうめん		オクラ、しいたけ、ねぎ、人参、大根、	かつお節、しょうゆ、塩
	県産マンゴー入りフルーツミックス		砂糖	県産マンゴー、シークァーサー果汁、パイナップル、黄もも、洋なし、ぶどう、パインアップル、さくらんぼ、マンゴー果汁、人参汁、オレンジ果汁(オレンジ)、みかん果汁	
星のハンバーグ	豚肉、鶏肉	豚脂(豚肉)、マッシュポテト、でん粉(大豆)、砂糖	たまねぎ、野菜ペースト、オニオンエキス(豚肉)	食塩、赤ワイン、ケチャップ	
8日 (木)	牛乳	牛乳			
	鶏ごぼうごはん	鶏肉、油揚げ(大豆)	押麦、大豆油、白ごま、米	あお豆(大豆)、ごぼう、しょうが、ねぎ、人参	かつお節、しょうゆ、チキンブイヨン、みりん、塩、酒
	小松菜のちくわ和え	ちくわ、糸けすり	三温糖	もやし、小松菜、人参	しょうゆ、みりん、塩、酢
幼稚園 欠食	魚の青大豆みそ焼き	ホキ、麦みそ(大豆)	白ごま、三温糖	青大豆ペースト(大豆)	酒
9日 (金)	牛乳	牛乳			
	バーガーパン		バーガーパン(小麦・乳・大豆)		
	ジュリエンヌスープ	ベーコン(豚肉)、鶏肉		コーン、セロリ、玉ねぎ、人参、大根	こしょう、しょうゆ、チキンブイヨン、塩
	キャベツのレモンサラダ		アーモンド、オリーブ油、三温糖	キャベツ、きゅうり、レモン果汁、人参	こしょう、りんご酢(りんご)、塩
豆腐ハンバーグのソースがけ	豆腐(大豆)鶏肉	三温糖、豚脂(豚)砂糖でん粉	きゅうり、ウコン色素、マッシュルーム、玉ねぎ	ウスターソース(りんご・大豆)、ケチャップ、デミグラスソース(小麦・鶏肉)、みりん、食塩	



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
12日 (月)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	豚バラ肉のうま塩煮	ボール天、豚肉	じゃがいも、でん粉、三温糖、大豆油	しいたけ、玉ねぎ、人参、大根、長ねぎ	かつお節、しょうゆ、みりん、塩、酒
	梅肉和え	とりささみ、糸けずり	三温糖	きゅうり、もやし、人参、大根、梅肉(りんご・大豆)	酢、しょうゆ
	油みそ	鶏肉、麦みそ(大豆)	三温糖、大豆油、白ごま	しょうが	みりん
	手巻きのり	焼きのり			
13日 (火)	牛乳	牛乳			
	ツナライス	ツナ、ベーコン(豚肉)	大豆油、麦、米	ピーマン、マッシュルーム、玉ねぎ、人参、赤ピーマン、にんにく	こしょう、しょうゆ、チキンブイヨン、塩、白ワイン
	●シーザーサラダ(乳)	ハム(豚肉・大豆)、粉チーズ(乳)	クルトン(小麦・乳・大豆)、ノンエッグマヨネーズ、三温糖	あお豆(大豆)、キャベツ、きゅうり、コーン、人参	こしょう、塩、酢
	さわらフライ	さわら	パン粉(小麦・大豆)でん粉、大豆油		塩、こしょう、食塩、香辛料
14日 (水)	牛乳	牛乳			
	沖縄そば麺	中身汁 豚肉、豚中身、白かまぼこ	沖縄そば(小麦)		
	中身汁		こんにゃく、しいたけ、ねぎ、しょうが	かつお節、しょうゆ、ポークブイヨン、塩	
	タマナーチャンプルー	ツナ、角あげ(大豆)、豚肉	ごま油、大豆油	キャベツ、もやし、玉ねぎ、人参、にんにく	こしょう、しょうゆ、塩
	さつまいもの黒糖からめ(小学校のみ)		さつまいも、植物油脂、グラニュー糖、水あめ、麦芽糖、黒糖、赤糖		
黒糖アガラサー(中学校のみ)		小麦粉、粗糖、黒糖、糖蜜		重曹、ベーキングパウダー	
15日 (木) 幼稚園 欠食	牛乳	牛乳			
	麦ごはん	県産あぐり丼 県産豚肉	麦、米		
	豚肉炒め		でん粉、三温糖、大豆油	小松菜、しいたけ、たけのこ、ピーマン、玉ねぎ、糸こんにゃく、人参、にんにく	オイスターソース、しょうゆ、ポークブイヨン、みりん、塩、酒
	大根の青じそ和え	ハム(豚肉、大豆)	三温糖、水あめ、砂糖	キャベツ、きゅうり、シークワーサー果汁、人参、大根、レモン果汁、青じそ	しょうゆ(小麦・大豆)、酢、酵母エキスパウダー塩、かつお節エキス、魚醤
	さつまいもの黒糖からめ(中学校のみ)		さつまいも、植物油脂、グラニュー糖、水あめ、麦芽糖、黒糖、赤糖		
黒糖アガラサー(小学校のみ)		小麦粉、粗糖、黒糖、糖蜜		重曹、ベーキングパウダー	
16日 (金)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	沖縄風みそ汁	ポーク(豚肉・鶏肉)、沖縄豆腐(大豆)、甘口白みそ(大豆)、麦みそ(大豆)		とうがん、ねぎ、もやし、レタス、玉ねぎ、人参	かつお節
	千切りイリチー	チキアギ(大豆)、豚肉、細切こんにゃく、油揚げ(大豆)	大豆油	こんにゃく、切干大根、人参	かつおだし、しょうゆ、ポークブイヨン、みりん、塩、酒
	魚の塩こうじ焼き	さば	米、酒精		食塩



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
19日 (月)	牛乳	牛乳			
	うっちゃんジュース	豚肉、油揚げ(大豆)	押麦、大豆油、米	ごぼう、しいたけ、ねぎ、玉ねぎ、人参、にんにく	しょうゆ、チキンブイオン、ポークブイオン、みりん、塩、酒、うっちゃん粉
	ゴーヤーのごま和え		白ごま、ごま油、三温糖	きゅうり、ゴーヤー、もやし、人参	しょうゆ、塩、酢
	子持ちししゃもフライ	ししゃも	パン粉(小麦・大豆)でん粉、大豆油		塩、こしょう、食塩、香辛料
20日 (火)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	マーボー大根	沖縄豆腐(大豆)、豚肉、赤みそ(大豆)、白みそ(大豆)	ごま油、でん粉、三温糖	きくらげ、しいたけ、しょうが、にんにく、ニラ、ピーマン、玉ねぎ、人参、大根	オイスターソース、みりん、塩、豆板醤、テンメンジャン(小麦・大豆・ごま)
	●杏仁豆腐フルーツ(乳)	乳製品(乳)、練乳(乳)、大豆	水あめ、砂糖	シークァーサー果汁、パイナップル、みかん、黄桃	杏仁パウダー、ホエイソルト(乳)
コーン焼売	魚肉すり身(魚介類)、豆腐(大豆)植物性たん白(小麦・大豆)	豚脂(豚肉)、でん粉、パン粉(小麦)小麦粉、砂糖、水あめ	とうもろこし、たまねぎ	みりん、食塩	
21日 (水)	ショア マスカット	ショア マスカット(乳)			
	麦ごはん		麦、米		
	夏野菜カレー	鶏肉	じゃがいも、小麦粉、大豆油、マーガリン(乳・大豆)	オクラ、かぼちゃ、とうがん、トマト、ピーマン、玉ねぎ、人参、にんにく、しょうが	ウスターソース、マドラスカレールウ(小麦・大豆・りんご)、ポークブイオン、塩、カレー粉
	福伸漬け		三温糖	キャベツ、きゅうり、人参、大根、しょうが、なす、れんこん、しその葉	しょうゆ、酢、食塩、梅酢
	くるま麩と鶏肉のナゲット	鶏肉	麩(小麦)、なたね油、大豆油	おろしにんにく	しょうゆ(小麦・大豆)食塩、こしょう

沖縄県畜産振興公社 さまから
あぐー豚(豚肉)の
提供があります。

ひとくち黒糖

7月に登場するひとくち黒糖は学校給食を通じて
県産お菓子の魅力発信事業として学校給食会の方
から無償で提供していただきました。
残さずいただきますよう。



☆食材の無償提供があります

県産マンゴー



7月に登場する県産マンゴーは学校給食を通じて沖縄県
の農林水産業について興味・関心をもってもらえるようにと
いうことで沖縄県の方から無償で提供していただきました。

残さずいただきますよう。

JA おきなわ さまから
黒糖アガラサー の提供があります。

JA共済 地域・農業活性化促進助成金を
利用して学校給食へ
無償提供しています。



～食と子どもの健康展～

検索してみてね♪

オンライン開催

公開期間：令和3年7月中旬～8月末

「沖縄県学校給食会」で検索

又は「QRコード」



- ・地場産物を活用した学校給食レシピの紹介
- ・食に関するクイズ ・給食ができるまで、マンビカー給食ができるまで等(動画)
～内容盛りだくさんなので、この機会に学校給食について触れてみてください～

私たちが普段食べている給食が
どのように作られているのか、給
食に関するクイズなど学校給食を
知ることができる機会となっていま
す。オンラインならではの内容が
盛りだくさんなのでぜひ親子でご
視聴してくださいね♪