



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(義務表示)7品目	特定原材料に準ずるもの(推奨表示)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 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。
※毎週木曜日は幼稚園欠食です。

☆6月は食育月間です☆ 食べることは生きること。
ご家庭で「今日の給食」を話題にお話してみてくださいね(^^)

日	献立名 <small>こんだてめい</small>	赤の食品 <small>あか しよくひん</small> (おもに体をつくるものになる)	黄の食品 <small>き しよくひん</small> (おもにエネルギーのものになる)	緑の食品 <small>みどり しよくひん</small> (おもに体の調子を整えるものになる)	調味料 <small>ちようみりよう</small>
1日 (水)	牛乳 <small>ぎゅうにゅう</small>	牛乳			
	煮込みうどん <small>にこ</small>	豚肉 油揚げ(大豆)	うどん(小麦) 三温糖 大豆油	白菜 小松菜 にんじん 長ねぎ しいたけ 生姜	しょうゆ(小麦、大豆) みりん 酒 塩 かつお節
	ごぼうの和え物 <small>あ もの</small>	ツナ	三温糖 オリーブ油	ごぼう きゅうり コーン	フレンチドレッシング 特濃酢(小麦) 塩 こしょう
	みそカツ <small>ちゅうたいれん</small>	チキンカツ(小麦、鶏肉、大豆) 赤みそ(大豆) 甘口みそ(大豆)	三温糖		酒 みりん かつお節
献立 <small>おうえん 応援</small>	バナナ(中学校) <small>ちゅうがっこう</small>			バナナ	
2日 (木)	牛乳 <small>ぎゅうにゅう</small>	牛乳			
	五目ごはん <small>ごもく</small>	鶏肉 ひじき 油揚げ(大豆)	米 麦 大豆油	しいたけ ごぼう にんじん ねぎ	しょうゆ みりん 酒 塩 かつお節
	●しそ昆布和え(ごま) <small>こんぶあ</small>	しそ昆布(小麦、大豆、ごま)	三温糖	白菜 小松菜 にんじん	しょうゆ 酢(小麦)
	魚の西京焼き <small>さかな さいきやう</small>	シイラ 甘口みそ(大豆)	三温糖		みりん 酒 おろししょうが
3日 (金)	牛乳 <small>ぎゅうにゅう</small>	牛乳			
	ごはん		米		
	煮つけ <small>に</small>	鶏肉 厚揚げ(大豆) 結び昆布 ポール天	三温糖 大豆油 ごま油	大根 にんじん こんにゃく いんげん	かつお節 しょうゆ みりん 酒 塩
	あまがし <small>あまがし</small>	小豆	おし麦 白玉もち 三温糖 黒糖		塩
献立 <small>こんだて</small>	グルクン	グルクン	小麦粉 でん粉 大豆油		塩 おろしにんにく 酒

…今月は、かみかみ献立(噛み応えのある食べもの)が出る日にこのイラストを付けています。意識して噛んで食べましょう☆
6/4~6/10は、歯と口の健康週間です。歯は一生物。いつもありがとう!これからもよろしくね♡の気持ちを込めて歯磨き・フロス頑張ろう!

日	こんだてめい 献立名	あか しょくひん 赤の食品 (おもに体をつくるものになる)	き しょくひん 黄の食品 (おもにエネルギーのもとになる)	みどり しょくひん 緑の食品 (おもに体の調子を整えるものになる)	ちょうみりょう 調味料	
6日 (月)	牛乳	牛乳				
	五穀ごはん		米 胚芽押麦 もちきび 丸麦 黒米 赤米			
	とうがんのそぼろ煮	豚肉 大豆 厚揚げ(大豆)	三温糖 でん粉 大豆油	冬瓜 にんじん あお豆 (大豆) しいたけ き くらげ	かつお節 薄口しょうゆ(小麦、 大豆) しょうゆ 酒 塩	
	納豆みそ	納豆(大豆) ツナ 糸 けずり 麦みそ(大豆)	三温糖 大豆油	生姜 ねぎ	みりん	
	■(やきざかなののろい) 焼き魚(ししゃも)	からふとししゃも	大豆油		塩 酒	
7日 (火)	牛乳	牛乳				
	黒糖パン		黒糖パン(小麦、乳、大豆)			
	6/4~ ●パンプキンスープ(乳)	あさり 牛乳 生クリーム (乳)	小麦粉 バター(乳) 大豆油	かぼちゃ たまねぎ セ ロリ	パセリ 塩 こしょう 豚骨 ポークパイオン(鶏肉、豚肉)	
	6/10は 歯と口の 健康週 間です☆	ビーンズサラダ	ひよこ豆 レッドキド ニー 白いんげん豆 ハ ム(豚肉、大豆)	三温糖 ごま油	キャベツ にんじん きゅうり コーン	塩 しょうゆ りんご酢 酢
	魚のトマトソースかけ	さば	三温糖 でん粉 大豆油	たまねぎ トマト	おろしにんにく ウスターソース しょうゆ 塩	
8日 (水)	牛乳	牛乳				
	麦ごはん		米 麦			
	健康のため、よく 噛んで食 べよう!	へちまと豆腐のみそ汁	沖縄豆腐(大豆) 豚肉 麦みそ(大豆)	大豆油	へちま たまねぎ にん じん ねぎ	かつお節 酒
		クープイリチー	昆布 豚肉	三温糖 大豆油	にんじん こんにゃく しいたけ	みりん しょうゆ かつお節
	高菜入り卵焼き	たまご	でん粉 さとう なたね 油	高菜	だし汁(小麦、大豆) しょうゆ 塩 みりん 唐辛子	
9日 (木)	牛乳	牛乳				
	きびごはん		米 もちびき			
	噛みごた えのある 食品を意 識して取 入れてい ます!	すき焼き	牛肉 焼き豆腐(大豆)	三温糖 大豆油	にんじん しいたけ た まねぎ 白菜 ほうれん 草 こんにゃく 長ねぎ	しょうゆ みりん 酒 おろしに んにく 塩 かつお節
		●小魚ナッツの 蜜がらめ(ごま)	大豆 カエリ	ごま カシューナッツ 三温糖 水あめ くるみ		しょうゆ みりん
	ミニトマト			ミニトマト		
10日 (金)	牛乳	牛乳				
	キムタクチャーハン	豚肉	米 麦 大豆油	白菜キムチ(大豆) た くあん漬(小麦、大豆) たまねぎ にんじん し めじ グリンピース	おろしにんにく 塩 しょうゆ ポークパイオン(鶏肉、豚肉)	
	たくさん 噛んでく れたあな たの歯へ	バンバンジー	鶏肉	三温糖 ごま油	大根 きゅうり にんじ ん	しょうゆ 酢
		魚の香味がけ	まぐろ	三温糖 ごま油	長ねぎ しその葉	しょうゆ 酢 おろししょうが
	カルシウムたっぷりゼリー	豆乳(大豆) 大豆粉	砂糖 砂糖ぶどう糖果糖 液糖 植物油脂 水あめ	レモン汁 りんご果汁		
13日 (月)	牛乳	牛乳				
	麦ごはん		米 麦			
	ほっこり肉じゃが	豚肉	じゃがいも 黒糖 三温 糖 大豆油	たまねぎ にんじん い んげん こんにゃく し いたけ	おろししょうが しょうゆ みり ん 酒 かつお節 塩	
	手作りふりかけ	しらす干し 大豆 糸け ずり 青のり	三温糖		みりん ゆかり	
	いかの照焼き	いか	三温糖 大豆油		しょうゆ みりん おろししょう が	



日	こんだてめい 献立名	あか しょくひん 赤の食品 (おもに体をつくるものになる)	き しょくひん 黄の食品 (おもにエネルギーのものになる)	みどり しょくひん 緑の食品 (おもに体の調子を整えるものになる)	ちようみりよう 調味料
14日 (火)	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	コッペパン		コッペパン (小麦、乳、大豆)		
	ポトフ	ウインナー (豚肉)	じゃがいも 大豆油	にんじん たまねぎ 白菜 大根 ブロccoli	パセリ 塩 こしょう 豚骨 チキンブイヨン (鶏肉)
	スラッピーショー	牛肉 豚レバー 大豆	大豆油 三温糖	たまねぎ トマト	ケチャップ デミグラスソース (小麦、鶏肉) 塩 チリパウダー
	さかな 魚のガーリック焼き	まぐろ	オリーブ油 大豆油		おろしにんにく バジル 塩 こしょう
15日 (水)	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	チムシンジ	豚レバー 豚肉 白みそ (大豆) 赤みそ (大豆)	じゃがいも 大豆油	にんじん 大根 にんにく	豚骨 かつお節 酒
	スンシーイリチー (メンマの炒め物)	昆布 豚肉 チキアギ (大豆) 油揚げ(大豆)	大豆油	スンシー (たけのこ) にんじん こんにゃく	しょうゆ みりん 塩 酒 かつお節 豚骨
ひじきと野菜の豆腐揚げ	たまご 魚肉すり身 ひじき 大豆粉	植物油脂 砂糖 加工でん粉 (小麦)	にんじん えだまめ (大豆) たまねぎ	塩	
16日 (木)	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	むぎ 麦ごはん		米 麦		
	まいぼんかん 麻婆冬瓜	沖縄豆腐(大豆) 豚肉 豚レバー 大豆 赤みそ (大豆)	三温糖 ごま油 でん粉 大豆油	冬瓜 たまねぎ にんじん 長ねぎ きくらげ しいたけ 生姜 にんにく	トウバンジャン テンメンジャン (小麦、大豆) しょうゆ 酒
	ひじきのツナ和え	ひじき ツナ	三温糖 オリーブ油	もやし 小松菜 にんじん	しょうゆ 酢 塩
りんご			りんご	塩	
17日 (金)	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	とり 鶏ごぼうおこわ	鶏肉 油揚げ(大豆)	米 もち米 三温糖 大豆油	ごぼう にんじん しいたけ 枝豆 (大豆) 生姜	しょうゆ 酒 みりん かつお節 ポークブイヨン (鶏肉、豚肉) 塩
	やさい 野菜のおかか和え	糸けずり	三温糖	小松菜 にんじん きゅうり もやし コーン	しょうゆ 特濃酢 塩
	わかさぎから揚げ	わかさぎ 青のり	小麦粉 でん粉 大豆油		塩 こしょう
アーモンド (中学校)		アーモンド 植物油脂		塩	
20日 (月) 山内 中欠 食	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	おきなわふう 沖縄風みそ汁	豚肉 無添加ポーク (豚肉、鶏肉) 沖縄豆腐 (大豆) 麦みそ (大豆)	じゃがいも 大豆油	人参 たまねぎ もやし	かつお節 酒
	ひじきの五目煮	豚肉 ひじき 大豆	三温糖 大豆油	にんじん ごぼう こんにゃく	しょうゆ みりん 塩 かつお節
さばのカレー焼き	さば			カレー粉 こしょう 塩 酒	
21日 (火)	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	なすとこのこの ミートスパゲティ	鶏レバー (鶏肉) 豚肉	スパゲティ (小麦) 三温糖 大豆油	たまねぎ にんじん なす ビーマン しめじ マッシュルーム にんにく	トマトピューレー ケチャップ ウスターソース こしょう 塩 ポークブイヨン (鶏肉、豚肉)
	夏まで す。夏食 材で元 気を チャージ ☆	ツナ	三温糖 オリーブ油	コーン キャベツ きゅうり	酢 しょうゆ こしょう
	コロッケ	豚肉	大豆油 じゃがいも 乾燥マッシュポテト 豚脂 (豚肉) パン粉 (大豆、小麦) 小麦粉 植物油脂 コーンフラワー 還元水あめ でん粉 砂糖	たまねぎ	塩
れいどう 冷凍パイ		砂糖	パイナップル		

日	こんだてめい 献立名	あか しょくひん 赤の食品 (おもに体をつくるものになる)	き しょくひん 黄の食品 (おもにエネルギーのものになる)	みどり しょくひん 緑の食品 (おもに体の調子を整えるものになる)	ちょうみりょう 調味料	
22日 (水)	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳				
	ポロポロジュージー	ツナ 赤みそ (大豆)	米 大豆油	大根 にんじん 白菜 えのきたけ 長ねぎ	塩 かつお節	
	いせい 慰霊の ひこんだて 日献立	せんぎ 干切りイリチー	昆布 豚肉 チキアギ (大豆)	三温糖 大豆油	切干大根 にんじん こ んにやく しいたけ	みりん しょうゆ かつお節
	ふかしいも【読谷村 産】		さつまいも			
23日 (木)	いせい かい …おきなわ せんぼつしつ せい ならぎ せかい へいお いたの かい 慰霊の日 …沖縄の戦没者の霊を慰め世界の平和を祈る日。					
	 平凡な一日こそ有難いことなんだね*					
24日 (金)	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳				
	きびごはん		米 もちびき			
	りゅうきゅうりょう 琉球料 り 理の日 ひこんだて 献立	●クーリジシ (卵)	たまご 豚肉 黄色かま ぼこ (大豆)	大豆油	冬瓜 しいたけ こんにゃく	塩 薄口しょうゆ かつお節 昆布だし 酒
	ウンチェー炒め	白かまぼこ	大豆油	ようさい (ウンチェー) もやし たまねぎ にん じん	塩 こしょう しょうゆ	
	ミヌダル	豚肉	三温糖 ごま ねりごま		酒 しょうゆ みりん おろし しょうが	
27日 (月)	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳				
	クファジュージー	豚肉 ひじき 油揚げ (大豆)	米 麦 大豆油	にんじん ごぼう しいたけ ねぎ	しょうゆ 酒 塩 かつお節 豚骨	
	安慶田 幼欠食	ツナ アーサ	三温糖	モーウイ きゅうり に んじん	塩 りんご酢 薄口しょうゆ	
	安慶田 小欠食	さば 魚の塩麴焼き			塩麴	
	バナナ (幼稚園・小学校)			バナナ シークワーサー 果汁		
28日 (火)	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳				
	コッペパン		コッペパン (小麦、乳、 大豆)			
	ミネストローネ	ベーコン (豚肉) 白い んげん豆	ABCマカロニ (小麦) さつまいも 三温糖	にんじん たまねぎ セ ロリ キャベツ にんに く トマト	トマトペースト 塩 こしょう チキンブイヨン (鶏肉)	
	コールスローサラダ		三温糖 オリーブ油	キャベツ きゅうり に んじん コーン	フレンチドレッシング 特濃酢 塩 こしょう	
	ハンバーグのソースかけ	ハンバーグ (豚肉、鶏 肉、大豆)	三温糖 でん粉		赤ワイン ケチャップ ウスター ソース しょうゆ	
29日 (水)	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳				
	ちゅうか 中華めん (小袋)		中華めん (小麦、大豆)			
	しょうゆ 醤油ラーメン	豚肉 わかめ なんと	ごま油 大豆油	もやし 長ねぎ コーン 生姜 にんにく	しょうゆ 薄口しょうゆ 塩 豚骨 かつお節 酒	
	やさいいた 野菜炒め	ツナ 沖縄豆腐 (大豆)	大豆油	キャベツ にんじん か らし菜 もやし	塩 しょうゆ	
	ゆでたまご	たまご				
	オレンジ (中学校)			オレンジ		
30日 (木)	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳				
	ごはん		米			
	山内 中3 年欠 食	ハヤシライス	牛肉	小麦粉 乳不使用マーガ リン (大豆) 大豆油	たまねぎ にんじん マッシュルーム セロリ ピーマン トマト	おろしにんにく ウスターソース 赤ワイン りんごピューレー カ レー粉 ハヤシルウ (小麦、大 豆、牛肉) ケチャップ 豚骨
	つゆ 梅雨もあけた なつ ね！夏に向 けて体力をつ こんだて けよう献立	シークワーサー白玉		白玉団子 (大豆) 三温 糖	パイン 黄桃 (もも) みかん ナタデココ シークワーサー果汁	
	ゴーヤーチップス		でん粉 大豆油	ゴーヤー	塩	