



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。

5月の給食目標：
地域の食材を使った献立

日	献立名 <small>こんだてめい</small>	赤の食品 <small>(おもに体をつくるものになる)</small>	黄の食品 <small>(おもにエネルギーのものになる)</small>	緑の食品 <small>(おもに体の調子を整えるものになる)</small>	調味料
1日 (水)	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	こくとう 黒糖パン		黒糖パン(小麦、乳、大豆)		
	ミネストローネ	ベーコン(豚肉)、大豆	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、豚骨
	ジャガイモとウィンナー炒め	ウィンナー(豚肉)	サラダ油(大豆)、じゃがいも	たまねぎ、コーン	しょうゆ(小麦、大豆)、塩、こしょう、パセリ
幼稚園 欠食	ハンバーグ	豚肉、鶏肉、粒状植物性たん白(大豆)、粉末状植物性たん白(大豆)	豚脂(豚肉)、果糖ぶどう糖液糖、でん粉、ぶどう糖加工品、加工油脂	たまねぎ、難消化性デキストリン	ドロマイト、ボークエキス(豚肉)、発酵調味料、塩、酵母エキス、チキンブイヨン(鶏肉)
	2日 (木)	牛乳	牛乳		
	たけのこご飯	鶏肉、油揚げ(大豆)	米、カルシウム米、サラダ油(大豆)	たけのこ、にんじん、あお豆(大豆)、しいたけ	酒、かつお節、ボークブイヨン(鶏肉、豚肉)、しょうゆ、みりん、塩
	幼稚園 コザ中 安慶田小 中の町小 山内小 欠食	キャベツとじゃこ炒め	豚肉、しらす干し	サラダ油(大豆)	こんにゃく、キャベツ、にんじん、小松菜、エリンギ、にんにく
ボークシューマイ	鶏肉、豚肉、みそ(大豆)、大豆粉	パン粉(小麦)、でん粉加工品、砂糖、粉あめ、豚脂(豚肉)、小麦粉、水あめ混合異性化液糖	たまねぎ、ソテーオニオン	しょうがペースト、しょうゆ(小麦、大豆)、みりん、香辛料、塩、酵母エキスパウダー	
かしわもち		砂糖、小豆、還元麦芽糖水あめ、米粉、麦芽糖		塩、乳化剤(大豆)	

子どもの日献立

お知らせ

※沖縄県のダムの貯水率の低下により、沖縄市の学校給食センターでは、4月に引き続き、今月いっぱい断水を考慮した節水献立になっており、炊き込みご飯 や パン の日が多くなっています。

沖縄市立学校給食センター より



日	献立名 <small>こんだてめい</small>	赤の食品 <small>(おもに体をつくるものになる)</small>	黄の食品 <small>(おもにエネルギーのものになる)</small>	緑の食品 <small>(おもに体の調子を整えるものになる)</small>	調味料
7日 (火)	牛乳	牛乳			
	むぎ 麦ごはん		米、麦		
	チキンカレー	鶏肉、豚レバー、白花豆、白いんげん豆	サラダ油(大豆)、じゃがいも	生姜、にんにく、にんじん、たまねぎ、ピーマン	酒、チャツネ(りんご)、カレー粉、カレールウ(小麦、大豆、鶏肉、牛肉)、豚骨、ウスターソース
	フルーツボンチ		サイダー風ゼリー、ぶどうゼリー	パイン、黄桃(もも)、みかん	
かぶ ^{かた} と型ハンバーグ	鶏肉、豚肉、粒状植物性たん白(大豆)	豚脂(豚肉)、砂糖、ぶどう糖	たまねぎ、水溶性食物繊維	酵母エキス、塩、トマトペースト、にんにくペースト、香辛料、しょうがペースト	
8日 (水)	牛乳	牛乳			
	べにいも 紅芋パン		紅芋パン(小麦、乳、大豆)		
	はくさい ^{むぎ} 白菜と麦のスープ	ウインナー(豚肉)、鶏肉	オリーブ油、おし麦	にんじん、白菜、長ねぎ、たまねぎ	酒、こしょう、塩、しょうゆ、ローレルパウダー、豚骨
	ひき ^{にく} 肉と豆の煮込み	豚肉、牛肉、豚レバー、レッドキドニー	サラダ油(大豆)、じゃがいも、三温糖	たまねぎ、ピーマン、にんじん、セロリ、にんにく	赤ワイン、ウスターソース、ハヤシルウ(小麦、大豆、牛肉)、ケチャップ、塩、こしょう、ポークブイヨン(鶏肉、豚肉)
スライスチーズ	チーズ(乳)				
9日 (木)	牛乳	牛乳			
	トマトリゾット	ベーコン(豚肉)、鶏肉	米、麦、オリーブ油、三温糖	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、トマト	白ワイン、パセリ、おろしにんにく、ケチャップ、トマトピューレー、トマトソース(大豆)、塩、豚骨
	カラフルソテー	ウインナー(豚肉)	サラダ油(大豆)	にんじん、たまねぎ、フロコリー、カリフラワー	しょうゆ、塩、こしょう
	さかな ^{こらみ} 魚の香味だれ	さば	三温糖	長ねぎ	おろししょうが、おろしにんにく、しょうゆ、酢(小麦)
10日 (金) 安慶田中 欠食	ごはん		米		
	デークニー ^{じる} 汁	鶏肉	サラダ油(大豆)	大根、にんじん、小松菜	酒、しょうゆ、塩、かつお節
	さんしょく ^{どん} 三色そばろ丼	鶏ひき肉、豚レバー、大豆	サラダ油(大豆)、三温糖	にんじん、あお豆(大豆)、コーン、しいたけ、きくらげ	酒、しょうゆ、塩、おろししょうが、おろしにんにく、みりん
	いも ^{てん} 天ぷら		ざつまいも、小麦粉、でん粉(小麦)、大豆油、なたね油、パーム油		塩
	アセロラゼリー		果糖ぶどう糖液糖	アセロラ果汁、難消化性デキストリン	
13日 (月)	牛乳	牛乳			
	ジャンバラヤ	ウインナー(豚肉)、豚肉	米、カルシウム米、サラダ油(大豆)	にんじん、たまねぎ、マッシュルーム、グリーンピース、トマトジュース	白ワイン、ケチャップ、しょうゆ、ウスターソース、チリパウダー、塩、ポークブイヨン(鶏肉、豚肉)
	いんげんソテー	ベーコン(豚肉)	サラダ油(大豆)	たまねぎ、にんじん、いんげん、小松菜、コーン	しょうゆ、塩、こしょう
	オムレツ	液卵白(卵)、乾燥卵、ゼラチン、大豆	果糖ぶどう糖液糖		塩
14日 (火) 島袋小 6年 欠食	牛乳	牛乳			
	チャーハン	ウインナー(豚肉)、ベーコン(豚肉)、豚肉	米、麦、サラダ油(大豆)	にんじん、たまねぎ、グリーンピース、コーン	酒、チキンブイヨン(鶏肉)、しょうゆ、おろしにんにく、塩、こしょう
	チンジャオロース	豚肉	サラダ油(大豆)、ごま油、でん粉	ピーマン、にんじん、たけのこ、こんにゃく	酒、しょうゆ、みりん、おろししょうが、おろしにんにく
にく ^{だんご} 肉団子	鶏肉、豚肉、粉末状植物性たん白(大豆)、粒状植物性たん白(大豆)	パン粉(小麦)、豚脂(豚肉)、植物油脂(ごま)、砂糖、なたね油	たまねぎ	塩、たん白自己消化物、香辛料、しょうゆ(小麦、大豆)、発酵調味料、醸造酢(りんご)、トマトケチャップ、おろししょうが、酵母エキス	
15日 (水)	牛乳	牛乳			
	パパイヤ入り炊き込みごはん	豚肉、油揚げ(大豆)	米、麦、サラダ油(大豆)	パパイヤ、にんじん、しいたけ、あお豆(大豆)	酒、塩、しょうゆ、ポークブイヨン(鶏肉、豚肉)、かつお節
	クープイリチー	豚肉、昆布、白かまぼこ(大豆)	サラダ油(大豆)、三温糖	こんにゃく	酒、みりん、しょうゆ、かつお節
	さかな ^さ 魚のシークワサーソース	さば	三温糖、でん粉	シークワサー果汁、レモン果汁	しょうゆ、特濃酢(小麦)

日	こんだてめい 献立名	赤の食品 (おもに体をつくるものになる)	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のになる)	調味料
16日 (木) 島袋小 5年 欠食	牛乳	牛乳			
	ポロポロジュージー	豚肉	米、カルシウム米、サラダ油(大豆)	にんじん、たまねぎ、ほうれん草、しいたけ	酒、しょうゆ、塩、豚骨
	ゴエクイリチー	豚肉、白かまぼこ(大豆)、白みそ(大豆)	サラダ油(大豆)、三温糖	ごぼう、にんじん、ねぎ	酒、塩、かつお節
	かぼちゃ ^{ひきにく} 挽肉フライ	豚肉、粒状植物性たん白(大豆)、小麦グルテン酵素分解物(小麦)	大豆油、砂糖、豚脂(豚肉)、でん粉、パン粉(小麦)、でん粉(大豆)、小麦粉、植物油脂、デキストリン	かぼちゃ、たまねぎ	しょうゆ(小麦、大豆)、発酵調味料、ウスターソース(大豆、りんご)、香辛料
17日 (金) 島袋小 5年 欠食	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	シカムドゥチ	豚肉、黄色かまぼこ(大豆)	サラダ油(大豆)	しいたけ、こんにゃく、冬瓜、ねぎ、生姜	酒、塩、しょうゆ、かつお節、豚骨
	もやし ^{いた} 炒め	鶏肉、沖縄豆腐(大豆)、糸けすり	サラダ油(大豆)	もやし、にんじん、にら	酒、しょうゆ、塩
いわし ^{かんろに} の甘露煮	いわし	砂糖、でん粉、グラニュー糖、糖蜜		しょうゆ(小麦、大豆)、本みりん、塩	
20日 (月) 全中学校 中の町小 山内小 安慶田小 安慶田幼 中の町幼 欠食	牛乳	牛乳			
	カレーピラフ	鶏肉	米、カルシウム米、サラダ油(大豆)	にんじん、たまねぎ、ピーマン、エリンギ、マッシュルーム、きくらげ	酒、カレー粉、ターメリックパウダー、チキンブイオン(鶏肉)、しょうゆ、塩、みりん
	アスパラソテー	ベーコン(豚肉)	サラダ油(大豆)	にんじん、たまねぎ、しめじ、アスパラガス、コーン	酒、塩、こしょう、しょうゆ
	さかな ^{さかな} のトマトソース	さば	三温糖、でん粉、サラダ油(大豆)	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
21日 (火) アプシバレー	牛乳	牛乳			
	クファージュージー	豚肉、昆布、大豆、白かまぼこ(大豆)	米、麦、サラダ油(大豆)	しいたけ、にんじん、ごぼう、ねぎ	酒、しょうゆ、塩、かつお節、ポークブイオン(鶏肉、豚肉)
	せんぎ ^{せんぎ} 千切りイリチー	昆布、豚肉、チキアギ(大豆)	サラダ油(大豆)、三温糖	にんじん、切干大根、しいたけ、こんにゃく	酒、みりん、しょうゆ、かつお節
	こ ^こ 小いわしのからあげ	小いわしスプラット(子持ち)	上新粉、でん粉、大豆油		塩、こしょう
22日 (水) アプシバレー	牛乳	牛乳			
	コッペパン		コッペパン(小麦、乳、大豆)		
	ジュリエンヌスープ	ベーコン(豚肉)	じゃがいも、サラダ油(大豆)	キャベツ、にんじん、セロリ	しょうゆ、塩、こしょう、豚骨
	チリコンカン	豚肉、牛肉、白いんげん豆	三温糖、小麦粉、サラダ油(大豆)	たまねぎ	ケチャップ、ウスターソース、おろしにんにく、塩、チリパウダー、カレー粉
ウインナー	豚肉、えんどう豆たん白、海草粉末	豚脂肪(豚肉)、でん粉、砂糖		塩、香辛料	
23日 (木) アプシバレー	牛乳	牛乳			
	カレーうどん	油揚げ(大豆)、豚肉、なると	うどん(小麦)、サラダ油(大豆)	しいたけ、にんじん、たまねぎ、キャベツ、長ねぎ	酒、カレールウ(小麦、大豆、鶏肉、牛肉)、カレー粉、しょうゆ、塩、かつお節
	ごも ^{ごも} 五目きんぴら	鶏肉	サラダ油(大豆)、三温糖、ごま油	こんにゃく、ごぼう、にんじん、ピーマン	酒、おろししょうが、しょうゆ、みりん、塩、かつお節
オレンジ			オレンジ		
24日 (金) アプシバレー	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	あさりとわかめスープ	あさり、わかめ、絹ごし豆腐(大豆)	ごま油、でん粉	しいたけ、長ねぎ、生姜	塩、こしょう、しょうゆ、かつお節、ポークブイオン(鶏肉、豚肉)
	はくさい ^{はくさい} 白菜のそぼろ ^{いた} 炒め	豚肉、鶏肉、厚揚げ(大豆)	サラダ油(大豆)、でん粉	白菜、にんじん、小松菜、しいたけ	酒、おろししょうが、しょうゆ、みりん、塩
はるま ^{はるま} 春巻き	豚肉、たん白加水分解物(小麦)	大豆油、植物油脂(大豆)、豚脂(豚肉)、小麦粉、ショートニング(大豆)、はるさめ、でん粉、砂糖、米粉、粉あめ	にんじん、たまねぎ、キャベツ、しいたけ	しょうゆ(小麦、大豆)、しょうがペースト、ポークブイオン(豚肉)、ポークエキス(豚肉)、発酵調味料、酵母エキス、香辛料、塩	

日	献立名 <small>こんだてめい</small>	赤の食品 <small>(おもに体をつくるものになる)</small>	黄の食品 <small>(おもにエネルギーのものになる)</small>	緑の食品 <small>(おもに体の調子を整えるものになる)</small>	調味料
27日 (月)	牛乳	牛乳			
	キムタクチャーハン	豚肉	米、麦、サラダ油(大豆)	白菜キムチ(大豆)、たくあん漬(小麦、大豆)、たまねぎ、にんじん、エリンギ、グリーンピース	酒、おろしにんにく、塩、しょうゆ、ポークブイヨン(鶏肉、豚肉)
	はっほうさい 八宝菜	豚肉	サラダ油(大豆)、でん粉、ごま油	きくらげ、たけのこ、にんじん、たまねぎ、白菜、ピーマン、しめじ、にんにく、生姜	酒、チキンブイヨン(鶏肉)、しょうゆ、みりん、塩
ショーロンポー	豚肉	豚脂(豚肉)、はるさめ、でん粉、砂糖、植物油(ごま)、小麦粉、ショートニング、加工油脂	キャベツ、たまねぎ、たけのこ、しいたけ	しょうゆ(小麦、大豆)、かきエキス調味料、おろししょうが、発酵調味料、塩、香辛料	
28日 (火)	牛乳	牛乳			
	にこ 煮込みうどん	豚肉、油揚げ(大豆)	うどん(小麦)、サラダ油(大豆)、三温糖	しいたけ、小松菜、たまねぎ、にんじん、長ねぎ、生姜	酒、しょうゆ、みりん、塩、かつお節
	いた やさい炒め	ベーコン(豚肉)、白みそ(大豆)	三温糖、サラダ油(大豆)	コーン、キャベツ、にんじん、もやし、しめじ、にんにく	みりん、しょうゆ、塩
	てん ちくわいそべ天ぷら	魚肉すり身、アオサ	大豆油、でん粉、砂糖、植物油(大豆)、小麦粉、でん粉(小麦)		塩、発酵調味料
げんき 元気ヨーグルト	脱脂粉乳、全粉乳、ゼラチン、寒天、乳酸カルシウム	ぶどう糖果糖液糖、砂糖			
29日 (水)	牛乳	牛乳			
	コッパン		コッパン(小麦、乳、大豆)		
	●さわやか おまめのすうぶ(乳)	鶏肉、白花豆、白いんげん豆、脱脂粉乳	サラダ油(大豆)、じゃがいも、小麦粉、バター(乳)	青大豆(大豆)、グリーンピース、あお豆(大豆)、たまねぎ、にんじん	白ワイン、豚骨、塩、こしょう
	やさい 野菜のカレーソテー	ウインナー(豚肉)	サラダ油(大豆)	コーン、小松菜、キャベツ、たまねぎ、にんじん	カレー粉、しょうゆ、塩、こしょう
くるま まぜナゲット	鶏肉、麩(小麦、大豆)	なたね油		米発酵調味料、しょうゆ(小麦、大豆)、塩、おろしにんにく、こしょう	
30日 (木)	牛乳	牛乳			
	かやく ごはん	ひじき、油揚げ(大豆)	米、カルシウム米、三温糖、サラダ油(大豆)	しいたけ、あお豆(大豆)、ごぼう、にんじん、こんにゃく	しょうゆ、みりん、酒、塩、かつお節
	だいこん に 大根の煮つけ	鶏肉、厚揚げ(大豆)、ちくわ	サラダ油(大豆)、里芋、三温糖	大根、にんじん、いんげん、しいたけ、こんにゃく	酒、しょうゆ、みりん、塩、かつお節
しろみ みざかな 白身魚フライ	ほき	大豆油、パン粉(小麦、大豆)、小麦粉、粉末加工油脂、還元水あめ、植物油(大豆)、でん粉、米粉		塩	
31日 (金)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	じゃがいも のみそ汁	絹ごし豆腐(大豆)、わかめ、麦みそ(大豆)、白みそ(大豆)	じゃがいも	白菜、にんじん、ねぎ	塩、だし昆布、かつお節
	ひじき のいため煮	鶏肉、油揚げ(大豆)、ひじき、大豆	サラダ油(大豆)、三温糖	にんじん、いんげん、こんにゃく	酒、しょうゆ、みりん、塩、かつお節
や 焼きししゃも(オス)	カラフトシヤモ	サラダ油(大豆)		塩	

絵本献立『さよならのついで』



おはしってすごい!

