



令和8年2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1調理場
929-4776

『自己管理能力をつけるために学校給食予定（アレルギー詳細）献立表が届きましたら、お子さんと一緒に確認しましょう』

1.学校給食予定（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「マカダミアナッツ」が追加になり「まつたけ」が削除されました。「マカダミアナッツ」の取扱事業者がアレルギー表示を適正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 やまいも マカダミアナッツ

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.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、でんぶん
大豆油を使用する場合があります。

6.オイスターソースには「かきエキス」が含まれています。

7.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。あさりなどの二枚貝には「かに」が共生しています。

8.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。

※学校給食予定（アレルギー詳細）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掲載しています。

※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
2日 (月)	牛乳	牛乳			
	ラーメン（小袋）		ラーメン（小麦、大豆）		
	しょうゆ 醤油ラーメン	豚肉、わかめ、なると	サラダ油（大豆）、ごま油	もやし、小松菜、長ねぎ、生姜、にんにく、コーン	酒、しょうゆ（小麦、大豆）、塩、豚骨、かつお節
	ちゅうか 中華あえ	鶏肉、茎わかめ	三温糖、ごま油	大根、にんじん、きゅうり	しょうゆ、特濃酢（小麦）、おろしにんにく、塩
	キャベツ平つくね	キャベツ、鶏肉、豚脂（豚肉）、タピオカ、じゃがいも、えんどう豆たん白、砂糖、発酵調味料、ドロマイド、食塩、鰹節、 しょうが、酵母エキス、ガーリック、鉄含有酵母			
3日 (火)	牛乳	牛乳			
	むぎ 麦ごはん		米、麦		
	じる とり汁	鶏肉	サラダ油（大豆）、じゃがいも	だいこん、にんじん、白菜、生姜	酒、しょうゆ、塩、みりん、かつお節
	けんさん 県産マグロのアンダンスー	豚肉、まぐろ、麦みそ（大豆）、糸けずり	三温糖、サラダ油（大豆）	ねぎ	おろししょうが、みりん、酒
	ワインナー	鶏肉、粉末水あめ、砂糖、でん粉、発酵調味料、食塩、ドロマイド、香辛料（ペパー、オニオンパウダー、パブリカ、トマトパウダー、ガーリック、マース、コリアンダー、セージ）、鉄含有酵母			
4日 (水)	てま 手巻きのり	のり			
	せつぶくまめ 節分豆ミックス（小・中のみ）	大豆、もち米、醤油（小麦、大豆）、砂糖、あおさ、加工テンプン			今年は 南南東



リクエスト献立



絵本献立
「泣いた赤鬼」



セルフ惠方巻

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
5日 (木)	牛乳	牛乳			
	わかめごはん	わかめ	米、麦		
	ぐじだくさんみそ汁	油揚げ(大豆)、赤みそ(大豆)、白みそ(大豆)	さつまいも	大根、にんじん、ごぼう、しいたけ、こんにゃく、長ねぎ	かつお節
	からし菜チャンブルー	豚肉、厚揚げ(大豆)	サラダ油(大豆)	からしな塩漬、からし菜、もやし、にんじん	酒、塩、しょうゆ
	りんご			りんご	
6日 (金)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	あさりの中華スープ	あさり、わかめ	ごま油、でん粉	しいたけ、たまねぎ、にんじん、長ねぎ	おろししょうが、塩、こしょう、しょうゆ、豚骨
	チャプチエ風炒め	豚肉	縁豆はるさめ、ごま油、三温糖	エリンギ、にんじん、たまねぎ、にら、キャベツ、白菜キムチ(大豆)	酒、おろししょうが、おろしにんにく、しょうゆ、みりん、塩、コチュジャン(大豆)
	ポークシューマイ	鶏肉、豚肉、たまねぎ、パン粉(小麦)、でん粉加工食品、砂糖、粉あめ、ソテーオニオン、豚脂(豚肉)、しょうがベースト、しょうゆ(小麦、大豆)、みりん、香辛料、食塩、みそ(大豆)、酵母エキスパウダー、小麦粉、水あめ混合異性化液糖、大豆粉(大豆)			
9日 (月)	牛乳	牛乳			
	ひよこ 彩りピラフ	ウインナー(豚肉)、鶏肉	米、麦、カルシウム米、サラダ油(大豆)	にんじん、たまねぎ、赤ビーマン、グリンピース、コーン、マッシュルーム	白ワイン、おろしにんにく、塩、こしょう、チキンブイヨン(鶏肉)
	●ミックスピーンズのファイ バーサラダ(ごま)	ハム(豚肉、大豆)、ひじき、ガルバンゾー(ひよこ豆)、マローファットピース(青えんどう豆)、レッドキドニー(赤いんげん豆)、大豆	三温糖	ごぼう、にんじん、きゅうり	ごまドレッシング(小麦、ごま、大豆)、酢、しょうゆ
10日 (火)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	じゃがいものみそ汁	鶏肉、豆腐(大豆)、赤みそ(大豆)、白みそ(大豆)	サラダ油(大豆)、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、ねぎ、しいたけ	酒、かつお節
	いそあ 磯和え	鶏肉、のり	三温糖	小松菜、白菜、にんじん	しょうゆ、特濃酢、塩
	いわしみぞれ煮	いわし、大根、砂糖、しょうゆ(小麦、大豆)、でん粉、本みりん、食塩			
12日 (木)	牛乳	牛乳			
	ミートスパゲティ	牛肉、豚肉、豚レバー	スパゲティ(小麦)、サラダ油(大豆)、三温糖	にんじん、たまねぎ、赤ビーマン、ピーマン、黄ピーマン、にんにく、マッシュルーム	酒、トマトピューレー、ケチャップ、ウスターーソース、こしょう、塩、ポークブイヨン(鶏肉、豚肉)
	だいこん 大根とアーモンドのサラダ	ツナ	アーモンド、ノンエッグマヨネーズ(大豆)、三温糖	大根、きゅうり、あお豆(大豆)	フレンチドレッシング、特濃酢、塩
	ハートのハンバーグ	鶏肉、豚肉、粒状植物性たん白(大豆)、たまねぎ、豚脂(豚肉)、乾燥マッシュボテト、でん粉、トマトケチャップ、野菜ペースト、砂糖、赤ワイン、オニオンエキス(豚肉)、食塩、香辛料、酵母エキス			
	こめ お米deガトーショコラ	豆乳(大豆)、砂糖、米粉、植物油、ココアパウダー、水溶性食物繊維、カカオマス			
13日 (金)	牛乳	牛乳			
	あ ココア揚げパン(小)	きな粉(大豆)	コッペパン(小麦、乳、大豆)、大豆油		ミルメークココア(大豆)
	コッペパン(幼・中)		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、酒
	チリコンカン	豚肉、牛肉、大豆たんぱく(大豆)、白いんげん豆	三温糖、小麦粉、サラダ油(大豆)	たまねぎ	赤ワイン、ケチャップ、ウスターーソース、おろしにんにく、塩、チリパウダー、カレー粉
	マーシャルビーンズ(中学のみ)	植物油脂、加工油脂、砂糖、大豆粉(大豆)、ココアパウダー、ぶどう糖、脱脂粉乳(乳)、食塩、植物レシチン(大豆)			
	こめ お米deガトーショコラ(幼のみ)	豆乳(大豆)、砂糖、米粉、植物油、ココアパウダー、水溶性食物繊維、カカオマス			

冬季オリンピック「イタリア」



バレンタイン献立



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
16日 (月)	牛乳	牛乳			
	むぎ 麦ごはん		米、麦		
	ポークカレー	豚肉、白花豆、白いんげん豆	サラダ油（大豆）、じゃがいも	にんにく、にんじん、たまねぎ、いんげん	酒、りんごピューレー、チャツネ（りんご）、カレールウ（小麦、大豆、鶏肉、牛肉）、カレー粉、ウスターソース、豚骨
	てづくりんづけ 手作り福神漬		三温糖	きゅうり、大根、れんこん	おろししょうが、しょうゆ、酢
	ゆで卵 ヨーグルト（中学のみ）	卵 ヨーグルト（中学のみ）			
17日 (火)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	イナムドウチ	豚肉、黄色かまぼこ（大豆）、甘口みそ（大豆）	サラダ油（大豆）	こんにゃく、しいたけ、ねぎ	酒、塩、かつお節、豚骨
	チデークニーイリチー	豚肉	サラダ油（大豆）、三温糖	島ニンジン、にんじん、たまねぎ、にら、こんにゃく	酒、おろしににく、おろししょうが、塩、みりん、しょうゆ、かつお節
	さけ 鮭の塩焼き	さけ			塩、酒
18日 (水)	アセロラゼリー		アセロラ果汁、果糖ぶどう糖液糖、難消化テキストリン		
	牛乳	牛乳			
	なかよし揚げパン（中） 	きな粉（大豆）	なかよしパン（小麦、乳、大豆）、大豆油、黒糖、三温糖、はったい粉		ミルメークココア（大豆）
	なかよしパン（幼・小）		なかよしパン（小麦、乳、大豆）		
	●白菜とあさりのクリー ム煮（乳）	鶏肉、あさり、生クリーム（乳）、脱脂粉乳	サラダ油（大豆）、じゃがいも、小麦粉、マーガリン（乳、大豆）	白菜、にんじん、たまねぎ、マッシュルーム	白ワイン、パセリ、塩、こしょう、豚骨
	はなやさい 花野菜サラダ	ツナ	三温糖、オリーブ油	カリフラワー、ブロッコリー、コーン、きゅうり、シーケンワーサー果汁	しょうゆ、粒マスタード、特濃酢、塩
19日 (木)	マーシャルビーンズ（幼・小）		植物油脂、加工油脂、砂糖、大豆粉（大豆）、ココアパウダー、ぶどう糖、脱脂粉乳（乳）、食塩、植物レシチン（大豆）		
	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	さかなじる 魚汁	ホキ、油揚げ（大豆）、麦みそ（大豆）、白みそ（大豆）		大根、にんじん、こんにゃく、しいたけ、トマト、ねぎ	酒、塩、かつお節
	きんぴらごぼう	豚肉	サラダ油（大豆）、三温糖、ごま油	ごぼう、にんじん、ピーマン、生姜、こんにゃく	酒、しょうゆ、みりん、塩
20日 (金)	シムクジアンダギー		サラダ油（大豆）、紅芋、もち粉、三温糖、トレハロース		
	ごはん		米		
	かぼちゃのみぞ汁 	豚肉、麦みそ（大豆）	サラダ油（大豆）	れんこん、かぼちゃ、ほうれんそう、しめじ、長ねぎ、生姜	酒、かつお節
	だいこん うめあ 大根の梅和え	糸けすり	三温糖	大根、きゅうり	梅肉（大豆、りんご）、酢、しょうゆ、ゆかり
	さばのカレー風味焼き 	さば			カレー粉、塩、酒、しょうゆ
24日 (火)	ジョア	脱脂粉乳（乳）、砂糖			
	牛乳	牛乳			
	むぎ 麦ごはん		米、麦		
	おきなわふう しる 沖縄風みそ汁	豚肉、ゆし豆腐（豆腐）、麦みそ（大豆）	サラダ油（大豆）、じゃがいも	にんじん、たまねぎ	酒、かつお節
	もずく丼 	もずく、豚肉	でん粉、サラダ油（大豆）	にんじん、たまねぎ、ピーマン、エリンギ、コーン	おろししょうが、酒、しょうゆ、みりん、塩、豆板醤、ポークブイヨン（鶏肉、豚肉）
リクエスト献立	パインカット			パインアップル	

旧正月



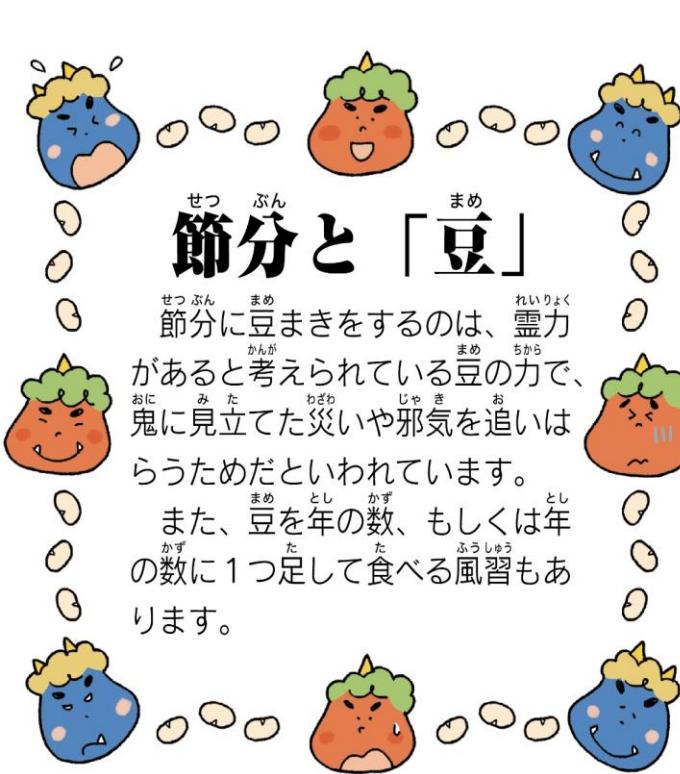
リクエスト献立

食育の日

牛乳なし

リクエスト献立

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
25日 (水)	牛乳	牛乳			
	ケチャップライス	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、赤ピーマン、黄ピーマン、マッシュルーム	酒、ケチャップ、パブリカ粉、塩、黒こしょう、ポークブイヨン(鶏肉、豚肉)
	ピーンズサラダ	ひよこ豆、レッドキドニー、 大豆、鶏肉	三温糖	キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン	マリネドレッシング(大豆、りんご)、塩、酢
	ハートのコロッケ	大豆油、じゃがいも、さつまいも、砂糖、水あめ、乾燥マッシュポテト、植物油脂、食塩、パン粉(小麦)、小麦粉(小麦)、コーンフラワー、難消化テキストリン、還元水あめ、でん粉			
	かため型抜きチーズ	チーズ(乳)			
	シークワーサーソルベ (フォーモストブルーシール 株式会社より無償提供) (中学3年、小学6年のみ)	砂糖、水飴、ぶどう糖、果糖、シークワーサー果汁			 
26日 (木)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	●かきたま汁(卵)	卵、豚肉、黄色かまぼこ(大 豆)	サラダ油(大豆)	大根、しいたけ、ねぎ、こん にゃく	酒、塩、しょうゆ、かつお節、豚骨
	ひじきの五目煮	豚肉、ひじき、大豆	サラダ油(大豆)、三温糖	にんじん、ごぼう、こんにゃ く	酒、しょうゆ、みりん、塩、かつお 節
	きびなごのからあげ	きびなご	米粉、でん粉、大豆油		塩、こしょう
27日 (金)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	ビーフシチュー	牛肉	じゃがいも、小麦粉、乳不使 用マーガリン(大豆)、サラ ダ油(大豆)	たまねぎ、にんじん、いんげ ん、マッシュルーム、にんにく	赤ワイン、おろししょうが、デミグ ラスソース(小麦、鶏肉)、ケ チャップ、トマトピューレー、ウス ターソース、塩、豚骨
	マカロニサラダ	ちくわ	マカロニ(小麦)、三温糖、 ノンエッグマヨネーズ(大 豆)	きゅうり、あお豆(大豆)、 コーン	しょうゆ、酢、塩
	ほうれん草オムレツ	液卵(卵)、植物油脂(大豆)、卵黄(卵)、食塩、ほうれんそう、でん粉発酵調味料、食用卵殻粉(卵)			



☆2月25日(水)の給食について☆
フォーモストブルーシール株式会社さま
より、学校給食を通して
子どもたちの笑顔の記憶を創出するため「卒業生を対象にした卒業アイスとして無償提供」があります。
そこで、小学6年生と中学3年生へシークワーサーソルベが届きます。ぜひ、お楽しみに♪