



## 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  
沖縄市第二調理場  
937-2700

《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ギー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 <b>マカダミアナッツ</b>

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ギーゲンを表示しています。

※除去食の対応アレルギーゲンは下記の7品目です。除去食の提供はアレルギーゲン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。

除去食対応アレルギーゲン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、アレルギー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、アレルギー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、アレルギーゲンは同じです。

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、でんぷ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 もとなる	黄の食品 おもにエネルギーの もとなる	緑の食品 おもに体の調子を 整えるもとなる	調味料
2日 (月)	牛乳	牛乳			
	わかめごはん (諸見幼：ごはん)		米、麦		炊き込みわかめ
	石狩汁	鮭、豆腐（大豆）、白みそ（大豆）		大根、人参、長ねぎ、こんにゃく、しめじ、しょうが	酒、かつお節、ポークフィヨン（鶏肉・豚肉）
	お豆たっぷりトロみ炒め	豚肉、厚あげ（大豆）、大豆	サラダ油（大豆）、三温糖、でん粉	人参、玉ねぎ、キャベツ、もやし、いんげん	酒、しょうゆ（小麦・大豆）、みりん、塩、かつお節
	鶏肉の照り焼き	鶏肉	三温糖、水あめ	しょうが、にんにく	しょうゆ、みりん、酒
3日 (火) ★節分献立	牛乳	牛乳			
	酢飯		米、三温糖		酢（小麦）、塩
	あさりとわかめのみそ汁	豆腐（大豆）、あさり、わかめ、赤だし（大豆・鶏肉）、赤みそ（大豆）		人参、長ねぎ、えのき	かつお節
	手巻用巻芯（卵焼き）	鶏卵、しょうゆ（小麦・大豆）、糖類、かつおエキス、凝縮煮干しだし、食塩、でん粉、植物油脂			
	手巻用海苔	乾海苔			
	たくあん和え		三温糖	たくあん（小麦・大豆）、小松菜、白菜、人参	しょうゆ
	スティック納豆	納豆（大豆）、砂糖、たんぱく加水分解物、しょうゆ（小麦・大豆）、醸造酢（小麦）、海苔たんぱく加水分解物、食塩、昆布エキス、梅肉、梅果汁、魚介エキスパウダー、昆布エキスパウダー			
4日 (水)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米、麦		
	ワンタンスープ	ワンタン（ごま・大豆・小麦・豚肉）	春雨、ごま油、でん粉	人参、チンゲン菜、白菜、長ねぎ、しいたけ、きくらげ、コーン	ポークフィヨン（鶏肉・豚肉）、かつお節、塩、こしょう、しょうゆ
	なすの中華みそ炒め	豚肉、豚レバー、厚あげ（大豆）、赤みそ（大豆）	サラダ油（大豆）、三温糖、ごま油、でん粉	にんにく、なす、玉ねぎ、人参、にら、しめじ	酒、みりん
	中華ポテト	さつまいも、植物油脂、糖類、水あめ、麦芽糖、赤糖、加工黒糖、大豆油			

日	献立名	赤の食品 おもに体をつくる もとなる	黄の食品 おもにエネルギーの もとなる	緑の食品 おもに体の調子を 整えるもとなる	調味料
5日 (木)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	魚そうめん汁	鶏肉、魚そうめん	サラダ油（大豆）	人参、玉ねぎ、小松菜、長ねぎ、しょうが、しいたけ	酒、しょうゆ、塩、かつお節
	パパイヤイリチー	チキアギ（大豆）、ツナ	サラダ油（大豆）	パパイヤ、人参、玉ねぎ、にら、きくらげ、にんにく	しょうゆ、塩、かつお節
	豚肉の生姜焼き	豚肉	三温糖	しょうが	しょうゆ、みりん、酒
6日 (金)	牛乳	牛乳			
	なかよしあげパン (美里・北美 幼小)	きな粉（大豆）	なかよしパン（小麦・乳・大豆）、大豆油、黒糖、三温糖、はっだい粉		ココア（大豆）
	コッペパン (越来小/コザ・美原・諸見 幼小/中)		コッペパン（小麦・乳・大豆）		
	ABCスープ	鶏肉	サラダ油（大豆）、じゃがいも、ABCマカロニ（小麦）、でん粉	にんにく、人参、玉ねぎ、セロリ、トマト、パセリ	トマトソース（大豆）、チキンブイヨン（鶏肉）、塩、こしょう、しょうゆ
	マカロニサラダ	ハム（豚肉・大豆）	マカロニ（小麦）、ノンエッグマヨネーズ（大豆）	きゅうり、人参、コーン	フレンチドレッシング、粒入りマスタード、塩、こしょう
	イチゴジャム (越来小/コザ・美原・諸見 幼小/中)	水あめ、砂糖、いちご、りんご、ペクチン、酸味料、香料			
9日 (月)	牛乳	牛乳			
	中華めん		中華めん（小麦・大豆）		
	あんかけ 焼きそば あん	豚肉	サラダ油（大豆）、ごま油、でん粉	しょうが、にんにく、白菜、玉ねぎ、人参、小松菜、たけのこ、しいたけ	酒、みりん、オイスターソース、しょうゆ、ポークブイヨン（鶏肉・豚肉）、塩
	ささみとひじきの和え物	鶏肉、ひじき	三温糖、ごま油	きゅうり、人参、コーン、シークワーサー果汁	しょうゆ、酢
	国産キャベツのメンチカツ	キャベツ、鶏肉、粒状植物性たん白（大豆）、豚すり身、豚脂、たまねぎ、砂糖、水溶性食物繊維、食塩、小麦不使用しょうゆ（大豆）、酵母エキス、香辛料、植物油、米粉、なたね油、大豆油			
10日 (火)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	じゃがいものそぼろ煮	豚肉、豚レバー、大豆たんぱく、厚あげ（大豆）	サラダ油（大豆）、じゃがいも、三温糖、でん粉	人参、玉ねぎ、こんにゃく、しいたけ、あお豆（大豆）	しょうゆ、みりん、酒、塩、かつお節
	いわしの梅煮	いわし、砂糖、水あめ、しょうゆ（小麦・大豆）、梅酢、発酵調味料、でん粉、梅肉ペースト、かつお削り節、こんぶだし			
	●ちくわと野菜の ゴマ和え（ごま）	ちくわ（大豆）、しらす	三温糖、ごま	人参、きゅうり、もやし、白菜	しょうゆ、特濃酢（小麦）
	鉄っこひじき	しょうゆ（小麦・大豆）、砂糖、干しひじき、ごま、酵母エキス、寒天			
12日 (木)	牛乳	牛乳			
	玄米ごはん		米、玄米		
	中身汁	豚中身、豚肉、白かまぼこ（大豆）		こんにゃく、しいたけ、ねぎ、しょうが	かつお節、しょうゆ、塩、ポークブイヨン（鶏肉・豚肉）
	フーイリチー	豚肉	麴（小麦・大豆）、サラダ油（大豆）	人参、キャベツ、小松菜	塩、こしょう、しょうゆ、かつお節
	アンドンスー	豚肉、麦みそ（大豆）	三温糖、サラダ油（大豆）	しょうが	みりん
	蒸しケーキ	小麦粉、黒糖、牛乳			
13日 (金) ★バレンタイン献立	牛乳	牛乳			
	チキンライス	鶏肉	米、麦、サラダ油（大豆）	マッシュルーム、コーン、人参、玉ねぎ、ピーマン	パプリカパウダー、ケチャップ、チキンブイヨン（鶏肉）、塩、こしょう
	オムライスシート	鶏卵、しょうゆ（小麦・大豆）、糖類、かつおエキス、凝縮煮干しだし、食塩、でん粉、植物油脂			
	ケチャップ	トマト、砂糖、ぶどう糖果糖液糖、ぶどう糖、醸造酢、食塩、たまねぎ、香辛料			
	豆っこサラダ	ひよこ豆、青えんどう豆、レッドキドニー、ツナ	ノンエッグマヨネーズ（大豆）	あお豆（大豆）、ブロッコリー、きゅうり、人参、コーン	フレンチドレッシング、カレー粉、食塩
	米粉ガトーショコラ	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			
16日 (月)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	ハヤシライス	牛肉	サラダ油（大豆）、じゃがいも	にんにく、玉ねぎ、人参、セロリ、ピーマン、マッシュルーム、トマト	酒、アレルゲンフリーハヤシルウ、トマトピューレ、チキンブイヨン（鶏肉）、塩
	オムレツ	液卵、植物油脂（大豆）、卵黄、食塩、でん粉発酵調味料、食用卵殻粉、植物油脂			
	くだもの			りんご（予定）	
	型抜きレアチーズ	クリームチーズ（乳）、植物油脂、クリーム、乳たんぱく、乳脂肪、還元乳糖、乳製品、食塩、濃縮乳、砂糖、濃縮イチゴ果汁、脱脂粉乳、濃縮レモン果汁、寒天			

日	献立名	赤の食品 おもに体をつくる もとなる	黄の食品 おもにエネルギーの もとなる	緑の食品 おもに体の調子を 整えるもとなる	調味料
17日 (火) ★旧正月献立	牛乳	牛乳			
	黒米ごはん		米、麦、黒米		
	イナムドッチ	豚肉、白かまぼこ（大豆）、甘口白みそ（大豆）		しいたけ、とうがん、こんにゃく、ねぎ	かつお節、ポークフィヨン（鶏肉・豚肉）、みりん
	千切りイリチー	昆布、豚肉、チキアギ（大豆）、油揚げ（大豆）	サラダ油（大豆）	切干大根、人参、こんにゃく	しょうゆ、みりん、塩、酒、かつお節
	ウムクジアンダギー	紅芋、もち粉、砂糖、大豆油			
18日 (水)	牛乳	牛乳			
	梅入り炊き込みごはん	鶏肉、ひじき、油揚げ（大豆）	米、麦、サラダ油（大豆）	人参、たけのこ、あお豆（大豆）	酒、カリカリ梅、梅肉（りんご・大豆）、しょうゆ、みりん、かつお節
	キャベツの海苔ジャコ和え	しらす、のり	ごま油、三温糖	キャベツ、もやし、人参、小松菜	しょうゆ、酢
	千草焼き	液全卵、玉ねぎ、にんじん、ほうれん草、鶏肉、大豆油、なたね油、プロセスチーズ（乳）、砂糖、しょうゆ（小麦・大豆）、かつお節エキス、食塩、発酵調味料、しいたけ、酵母エキス			
	ごまなしミニフィッシュ	カタクチワシ、砂糖、澱粉分解物			
19日 (木) ★給食・琉球料理の日	牛乳	牛乳			
	ゆかりごはん		米、麦		ゆかり
	アーサ入りゆし豆腐汁	ゆし豆腐（大豆）、アーサ、白みそ（大豆）、麦みそ（大豆）			かつお節
	ヌンクーグァ	チキアギ（大豆）、豚肉	サラダ油（大豆）、三温糖	とうがん、人参、からし菜、こんにゃく、エリンギ	しょうゆ、みりん、塩、かつお節
	まぐろのみそマヨ焼き	マグロ、甘口白みそ（大豆）、麦みそ（大豆）	ノンエッグマヨネーズ（大豆）		酒
20日 (金)	牛乳	牛乳			
	中華めん		中華めん（小麦・大豆）		
	みそラーメン汁	豚肉、なると（大豆）、赤だし（大豆・鶏肉）、赤みそ（大豆）	ごま油、サラダ油（大豆）	長ねぎ、コーン、きくらげ、にんにく、しょうが	酒、ポークフィヨン（鶏肉・豚肉）、かつお節、みりん、塩
	海藻和え	白きくらげ、つのまた、昆布、しらす	サラダ油（大豆）、三温糖	切干大根、キャベツ、人参、きゅうり、シークワサー果汁	特濃酢、しょうゆ、塩
	揚げ春巻き	たけのこ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、ねぎ、植物油脂（ごま）、粒状植物性たん白、しょうゆ（小麦・大豆）、小麦粉、ショートニング、豚脂、はるさめ、しょうがペースト、砂糖、豚肉、オイスターソース、にんにくペースト、上湯（鶏肉・豚肉）、乾燥しいたけ、XO醤（小麦・えび・鶏肉・豚肉）、香辛料、水あめ、でん粉、食塩、粉末油脂、大豆油			
24日 (火)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米、麦		
	●アーサ入り卵中華スープ（卵）	アーサ、凍結全卵、豆腐（大豆）	ごま油、でん粉	人参、えのき	塩、こしょう、しょうゆ、ポークフィヨン（鶏肉・豚肉）、かつお節
	ブルコギ	牛肉、豚肉	サラダ油（大豆）、三温糖、ごま油、でん粉	しょうが、にんにく、人参、玉ねぎ、白菜、しめじ、ピーマン、こんにゃく	酒、しょうゆ、豆板醤（大豆）、テンメンジャン（小麦・大豆）
	焼き餃子	キャベツ、たまねぎ、にら、豚肉、鶏肉、豚脂、でん粉加工食品、しょうゆ（小麦・大豆）、食塩、酵母エキス、砂糖、しょうがペースト、香辛料、小麦粉、小麦グルテン、植物油脂、でん粉、大豆粉、ぶどう糖			
25日 (水)	牛乳	牛乳			
	もずく雑炊	もずく、豚肉	米、麦、サラダ油（大豆）	チンゲン菜、しいたけ、人参、玉ねぎ	しょうゆ、塩、かつお節
	豆腐チャンプルー	豆腐（大豆）、豚肉	サラダ油（大豆）	キャベツ、もやし、人参、しょうが	塩、しょうゆ
	ちくわの磯辺天ぷら	魚肉すり身、でん粉、食塩、発酵調味料、砂糖、植物油、小麦粉、でん粉、アオサ、大豆油			
	さつまポテト（小6・中3以外）	さつまいも、砂糖、植物油脂、本みりん、ぶどう糖果糖液糖、水あめ、食塩			
	シークワサーソルベ（小6・中3のみ）	砂糖、シークワサー果汁、水あめ、ぶどう糖、果糖			
26日 (木)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米、麦		
	キムチチゲ	豚肉、豆腐（大豆）	サラダ油（大豆）	大根、人参、もやし、しめじ、えのき、にら、白菜キムチ	酒、しょうゆ、キムチ液（大豆）、塩、かつお節、ポークフィヨン（鶏肉・豚肉）
	ひじきしゅうまい	たまねぎ、キャベツ、しいたけ、しょうが、豚肉、鶏肉、ひじき、でん粉、とうもろこし、粒状大豆たん白、砂糖、しょうゆ（小麦・大豆）、食塩、酵母エキス、こしょう、小麦粉			
	春雨サラダ	ハム（豚肉・大豆）、わかめ	春雨、ごま油、三温糖	きゅうり、人参	酢、しょうゆ、塩

日	献立名	赤の食品 おもに体をつくる もとなる	黄の食品 おもにエネルギーの もとなる	緑の食品 おもに体の調子を 整えるもとなる	調味料
27日 (金)	牛乳	牛乳			
	なかよしあげパン (コザ・越来・美原・諸見 幼小)	きな粉(大豆)	なかよしパン(小麦・乳・大豆)、大豆油、黒糖、三温糖、はっだい粉		ココア(大豆)
	コッペパン (美里・北美 幼小/中)		コッペパン(小麦・乳・大豆)		
	ポトフ	鶏肉、ウィンナー(豚肉)	じゃがいも、サラダ油(大豆)	人参、玉ねぎ、白菜、セロリ、パセリ	塩、こしょう、チキンブイヨン(鶏肉)、豚骨
	●ブロッコリーとれんこんのゴママヨサラダ(こま)	ツナ	ノンエッグマヨネーズ(大豆)、こま	ブロッコリー、れんこん、人参、コーン	しょうゆ
	イチゴジャム (美里・北美 幼小/中)	水あめ、砂糖、いちご、りんご、ペクチン、酸味料、香料			

〇〇〇沖縄市立学校給食センター第2調理場よりおしらせ〇〇〇

毎月19日「食育の日」、第3木曜日「琉球料理の日」、月1回「絵本献立」を実施しています。

「食育の日」「琉球料理の日」は沖縄にちなんだ献立を、「絵本献立」の日は絵本や物語にある料理を給食にとり入れています♪今月は「おとうふやさん」です！

※各学校の行事等で給食が欠食になることがあります。管轄の学校数が多く、欠食予定日の記載ができません。欠食に関する問い合わせ等ございましたら、各学校へおねがいいたします。

2月のアレルギー除去食提供日

10日(火)●ちくわと野菜のごま和え(ごま)

24日(火)●アーサ入り卵中華スープ(卵)

27日(金)●ブロッコリーとれんこんのゴママヨサラダ(ごま)

※お子さんと一緒に、しっかり献立表の確認をお願いします。

1年の幸福を願う「節分」の行事

節分にまつわる食べ物

立春の前日に当たる節分には、古くから、豆まきをしたり、ヒイラギワシ(ヤイカガシ)を玄関に飾ったりして、病気や災難を起こす「鬼(邪気)」を追い払い、1年の無事や幸福を願う風習があります。最近では、「恵方巻き」が店頭をにぎわすようになりましたが、もともと全国的な風習ではなく、江戸時代に大阪の商人が商売繁盛祈願のために行っていた風習が始まりとされています。(※諸説あります)

第2調理場では  
2/3(火)に恵方巻を  
提供予定です♪  
願い事を思い浮かべながら  
食べてね！

**福豆**

よくかんで  
食べよう

大豆をいったもの。豆まきに使うほか、自分の年齢の数、または年齢の数+1個食べて、1年の幸福を願います。大豆の代わりに落花生を使う地域もあります。

**恵方巻き**

今年の恵方は「南南東」

太巻きずし。その年の歳神様がいるとされる「恵方」を向き、願い事を思い浮かべながら、無言で丸かじりします。



小学6年生、中学3年生の卒業お祝いで、1月から♡リクエスト献立♡を提供しています♪  
今月は「なかよし揚げパン(小のみ)」と「ラーメン」を提供します。楽しみにしてくださいね！

また、今月はブルーシールさんより、小学6年生・中学3年生への卒業お祝いで  
「シーカーサーソルベ」の無償提供があります♪  
小6・中3のみなさんは、感謝の気持ちをもっていただいてくださいね♡