

※「詳細献立表」には、使用する食材と、アレルギー表示義務のある8品目及び下記の品目について表示しています。

表示義務（特定原材料）8品目	その他
卵、乳、小麦、落花生（ピーナッツ）、えび、そば、かに、くるみ	大麦、ナッツ類全般、生の果物、イクラ、たらこ、イカ、ししゃも、ほたて、豆乳

※ 醤油と酢に含まれる「小麦」は表示しておりませんが、微量の小麦成分が含まれております。
※ 詳しい情報が必要な方、または不明な点がある場合は、給食室までお問い合わせください。
※ 給食を食べる前に、必ず内容を確認してください。
※ 材料、天候等により、献立を変更する場合があります。
※ 配合表を基に表記しているため、表示義務8品目以外の食品については表記されていない場合もあります。
※ 給食で使用するもずくやアーサ、チリメンなどにエビ・カニが混ざる可能性があります。

日	曜日		こ ん だ て	(あか) おもに体をつくる もとなる食品	(ぎいろ) おもにエネルギーの もとなる食品	(みどり) おもに体の調子を 整えるもとなる食品	調味料由来
1	火		クープジュシー マーミナーチャンプルー 大根の甘酢あえ バナナ	ぶた肉,かまぼこ,油揚げ,昆布 ぶた肉,牛肉,豆腐,かつお節 わかめ	米,油 油,砂糖,じゃがいも 砂糖,ごま油	しいたけ,人参 にら,玉ねぎ,もやし,人参 大根,きゅうり, バナナ	
2	水		ごはん 豚きんぴら丼 白菜のいそかあえ フルーツヨーグルト		米 油,でんぶん,ごま油,ごま,砂糖 砂糖,ごま油 はちみつ		
3	木		ごはん はるさめスープ ヤンニョムミニチキン もやしのナムル		米 春雨 でん粉,米粉,油,砂糖,ごま,水あめ 砂糖,ごま,ごま油		
4	金		わかめごはん 大根のみそ汁 さばのシークワサー焼き いりたま豆腐	わかめ 油揚げ,みそ さば 鶏ひき肉,豆腐,高野豆腐,たまご	米,砂糖		
7	月		冷やし中華めん 冷やし中華めん（具） プチ星のハンバーグ 冬瓜のひこぼしあんかけ たなぼたゼリー	卵,ハム(乳),わかめ とり肉,ぶた肉,大豆	ちゅうかめん(小麦)、ごま油、油		タレ（小麦）
8	火		きびごはん 冬瓜アーサ汁 まぐろタコライスミート チーズキャベツ パインスライス	アーサ,かまぼこ まぐろ,ぶた肉,大豆 チーズ（乳）			
9	水		ウッチンライス 切干大根サラダ 白身魚フライ ソフル元気ヨーグルト	ぶた肉,油揚げ かまぼこ 白身魚 スキムミルク(乳),寒天,ゼラチン	米,油 卵なしマヨネーズ,砂糖,ごま油 パン粉、小麦粉,米粉,でんぶん 砂糖	しょうが,コーン,人参,小松菜 千切り大根,きゅうり,キャベツ	
10	木		きびごはん シカムドゥチ ゴーヤーチャンプルー なっとうみそ おむすびころんちょ	ぶた肉,かまぼこ,油揚げ 卵、ぶた肉,豆腐 納豆,みそ,かつお節 のり			
11	金		むぎごはん うちなーむんキーマカレー モーウイのうめおかか和え 手作り紅芋クッキー	ぶた肉,鶏レバー、大豆たんぱく、大豆 ちくわ,かつお節 豆乳	米,大麦 油,小麦粉,じゃがいも 砂糖 小麦粉,でんぶん,砂糖,紅芋,油,コーンスターチ		小麦
14	月		ピタパン（ひろげてはさむ） クリームコーンシチュー チーズチリビーンズ オレンジ	スキムミルク(乳) とり肉,スキムミルク(乳) ウインナー、とりレバー、大豆,チーズ（乳）	小麦粉、砂糖、油 じゃがいも,油,小麦粉,生クリーム（乳） 砂糖,油,でんぶん		小麦、乳 小麦
15	火		ごはん たまごスープ マーボ春雨あんかけ 焼きぎょうざ ジョア		米 ごま油 はるさめ,でん粉,油,ごま 小麦粉,でん粉,砂糖 砂糖		
16	水		うちなージャージャーめん うちなージャージャーめん（具） きゅうりとわかめの甘酢サラダ 手作りうっちゃんすこう		沖縄そば(小麦)、油 油、でんぶん 卵なしマヨネーズ,砂糖 小麦粉,砂糖,油		小麦、かきほたてエキス
17	木		きびごはん もずく丼 小松菜と厚揚げのごま和え バナナ	もずく,ぶた肉,大豆 厚揚げ	米,もちきび 油,砂糖,でんぶん ごま,砂糖,ごま油		
18	金		ごはん 冬瓜のカレーあんかけ ゴーヤーチップス マグロのつくだに フレンズクレープ（いちご）		米 油,米粉 でんぶん,米粉,油 砂糖 米粉,油,砂糖,でん粉,水あめ、		

夏休み

7月19日～8月25日

えいよう しょくじ

栄養たっぷりの食事で 心と 体をそだてよう

8がつ			クファジュシー イナムドゥチ 千切りイリチー 手作りごまがし	ぶた肉,かまぼこ,ひじき ぶた肉,かまぼこ、白みそ ぶた肉,昆布,かまぼこ,油揚げ	米,油 砂糖,油	人参,ねぎ こんにゃく,しいたけ 千切大根,こんにゃく,人参	
26	火		こくとうパン ミートボールシチュー 白菜コーンサラダ バナナ	スキムミルク(乳) つくね（小麦）,スキムミルク(乳) まぐろ	油,砂糖,小麦粉、黒糖 油,じゃがいも,小麦粉,生クリーム（乳） 卵なしマヨネーズ,砂糖		乳、小麦
27	水		ごはん ポークカレー 大根のあます和え ミルメーク	ぶた肉,とりレバー わかめ	米 油,じゃがいも,小麦粉 砂糖,ごま油 砂糖、ココア		小麦
28	木		スパゲッティナポリタン サバのみそチーズやき とりささみと小松菜のごま和え	とり肉 さば,みそ,チーズ（乳） とり肉	スパゲッティ（小麦）,油 卵なしマヨネーズ 砂糖,ごま,ごま油	にんにく,玉ねぎ,人参,ピーマン,マッシュルーム、トマト	