

令和7年7月 詳細献立表(アレルギー)

那覇市立真嘉比小学校 917-3473

※「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	魚、いか、たこ、貝類、木の実類(カシューナッツ・アーモンド・マカダミアナッツ等)、山芋
※ 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(給食センター)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 もとになる食品	(きいろ) おもにエネルギーの もとになる食品	(みどり) おもに体の調子を 整えるもとになる食品	調味料由来
1	火	牛乳 もずくどん(むぎごはん) 〃 (具) 山東菜のスープ すいか	もずく、ぶた肉、ぶたレバー、大豆 ベーコン、とうふ	米、麦 油、さとう、でん粉 ごま油	玉ねぎ、にんじん、ピーマン、コーン、きくらげ、しょうが 山東菜、長ねぎ、えのきたけ、しいたけ すいか	
2	水	牛乳 あみパン 県産かぼちゃのスープ タンドリーチキン ※アレルギー対応食材 (とり肉のスパイスやき) タンカンサラダ	脱脂粉乳(乳) とり肉、ひよこ豆、豆乳 とり肉、ヨーグルト(乳) とり肉	小麦粉、油、さとう じゃがいも、小麦粉、乳なしマーガリン さとう	玉ねぎ、かぼちゃ、パセリ しょうが、にんにく にんにく、しょうが	小麦
3	木	牛乳 むぎごはん アーサのすまし汁 ゴーヤーチャンプルー うむくじてんぶら	アーサ ぶた肉、とうふ、たまご	米、麦 油	とうがん、ねぎ、しょうが ゴーヤー、玉ねぎ、にんじん	
4	金	牛乳 うっちゃんライス さかなのもみじやき シークワサーみそあえ	とり肉 ほき(魚) 海そう(わかめ、こんぶ、赤つのまた、青つの また、白キリンサイ)、みそ	米、油 さとう、卵なしマヨネーズ さとう	玉ねぎ、にんじん、コーン、にんにく、ウコン にんじん、パセリ だいこん、きゅうり、長ねぎ、シークワサー	
7	月	牛乳 ちんすこう ちらしずし 魚そうめん汁 ほしがたポテト からしなごまあえ たなばたゼリー	きんしたまご(たまご・小麦)、のり かまぼこ(魚)	米、さとう じゃがいも、米粉、油	しいたけ、れんこん、にんじん、たけのこ、かんぴょう、 いんげん オクラ、しいたけ、ねぎ、にんじん	
8	火	牛乳 むぎごはん 油あげのみそ汁 ぶた肉のスタミナやき ゆかりあえ	油あげ、みそ ぶた肉	米、麦 さといも さとう、ごま ドレッシング(小麦)	玉ねぎ、にんじん、ねぎ、えのきたけ、こんにゃく しょうが、にんにく キャベツ、小松菜、モウウィ、しそ	
9	水	牛乳 ゆやしちゅうか にくだんごのスープ べにいもけんぴ	ボーク、きんしたまご(たまご・小麦)、わかめ つくね(小麦)	ちゅうかめん(小麦) ごま油	きゅうり とうがん、チンゲンサイ、長ねぎ、しいたけ、しょうが	タレ(小麦)
10	木	牛乳 むぎごはん とうがんのにつけ なっとうみそ こまつなあえ おにぎり用のり	ぶた肉、あつあげ、こんぶ ひきわりなっとう、みそ ツナ(魚) のり	米、麦 さとう、油 さとう、油 さとう、ごま油、ごま	こんにゃく、とうがん、にんじん、いんげん しょうが こまつな、きゅうり、にんじん	
11	金	牛乳 もちきびごはん へちまのちゅうかに にんじんきょうざ アセロラポンチ	ぶた肉、ぶたレバー、とうふ、みそ ぶた肉	米、きび ごま油、さとう、でん粉	へちま、こまつな、にんじん、にら、しいたけ、きくらげ、 しょうが、にんにく にんじん、キャベツ、玉ねぎ、ほくさい、しょうが	小麦
14	月	牛乳 むぎごはん アーサとたまごのスープ シークワサーすぶた グレープフルーツ	アーサ、たまご ぶた肉	米、麦 ごま油、でん粉 小麦粉、でん粉、油、さとう、ごま油	にんじん、えのきたけ しょうが、玉ねぎ、にんじん、ピーマン、赤ピーマン、黄 ピーマン、たけのこ、シークワサー グレープフルーツ	
15	火	牛乳 もずくジュシー たれつき肉だんご ゴーヤーのカレーマヨあえ てづくりオレンジゼリー	もずく、ぶた肉 とり肉、ぶた肉、大豆 とり肉 アガー	米、油 パン粉(小麦)、油、でん粉、さとう 卵なしマヨネーズ さとう	しいたけ、にんじん、ねぎ 玉ねぎ、しょうが ゴーヤー、パプリカ、にんじん、レモン オレンジ、みかん	
16	水	牛乳 べにいもパン レタスのスープ くるまふナゲット おからサラダ	脱脂粉乳(乳) とり肉、かんてん、とうふ とり肉、ふ(小麦) ベーコン、おから	小麦粉、油、さとう、べにいも 油 じゃがいも、卵なしマヨネーズ	レタス、にんじん、しいたけ にんにく きゅうり	
17	木	牛乳 むぎごはん ゆしどうふ まぐろのたつたあげ ごまみそあえ	ゆしどうふ まぐろ(魚) みそ	米、麦 でん粉、小麦粉、油 さとう、ごま	ねぎ しょうが エリンギ、キャベツ、きゅうり、にんじん	
18	金	牛乳 むぎごはん なつやさいカレー かいそうサラダ シークワサータルト	とり肉、ぶたレバー 海そう(わかめ、こんぶ、赤つのまた、青つの また、白キリンサイ)、かんてん、とり肉 豆乳、大豆粉	米、麦 じゃがいも、油、小麦粉、乳なしマーガリン ドレッシング(小麦)、ごま さとう、米粉、油、でん粉	にんにく、玉ねぎ、にんじん、なす、ピーマン、トマト、 ズッキーニ だいこん、きゅうり、レモン シークワサー、こんにゃく	小麦

令和7年8月 詳細献立表(アレルギー)

26	火	牛乳 むぎごはん ハヤシライス ブロッコリーサラダ ぶどうゼリー	牛肉、ぶた肉、ぶたレバー	米、麦 油、小麦粉 ドレッシング(小麦)、ごま さとう	にんじん、玉ねぎ、マッシュルーム、グリーンピース、トマ ト、にんにく ブロッコリー、キャベツ、赤ピーマン、コーン ぶどう	小麦
27	水	牛乳 むぎごはん とりだんごとキャベツのみそ汁 ししゃものカレーやき せんぎりイリチー	とり団子(小麦)、油あげ、みそ ししゃも(魚) ぶた肉、こんぶ	米、麦 ごま油 さとう、油	キャベツ、ねぎ、えのきたけ 切干大根、にんじん、こんにゃく	
28	木	牛乳 なすとトマトのスパゲティ クリーミーサラダ もちもちポテト	ぶた肉、ぶたレバー、ウインナー とり肉 アーサ	スパゲティ(小麦)、油、さとう ドレッシング じゃがいも、さとう、小麦粉、でん粉、パン粉 (小麦)、米粉、油	玉ねぎ、なす、トマト、ズッキーニ、ピーマン、にんにく、 パセリ キャベツ、きゅうり、赤ピーマン、コーン	小麦
29	金	牛乳 もちきびごはん マーボーとうがん パンパシジー オレンジ	ぶた肉、ぶたレバー、大豆、とうふ、みそ とり肉	米、きび 油、さとう、ごま油、でん粉 ドレッシング(小麦)、ごま	とうがん、玉ねぎ、にんじん、長ねぎ、しいたけ、きくら げ、にんにく、しょうが キャベツ、きゅうり、にんじん オレンジ	小麦