

2019年 4月 詳細献立表(アレルギー) 那覇市立真嘉比小学校 917-3473

学校給食の基準量		E=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
650 Kcal		21.1~32.5 g	14.4~21.7g	

※「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7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)7品目: 卵、乳、小麦、落花生(ピーナッツ)、えび、そば、かに

その他: 魚類、ほうれん草、キウイ、スターフルーツ、グレープフルーツ、マンゴー

※ 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。

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
8	月	牛乳 黒米ご飯 ぶたにくのシークワサーみそやき ウサチ ななみ汁 おいわいだいふく	ぶたにく、みそ ぶたにく 小豆	米、黒米 さとう ごま油、さとう、ごま もち米、さとう、でん粉	シークワサー だいこん、きゅうり、にんじん しいたけ、こんにゃく、しょうが	かつおだし
9	火	牛乳 麦ご飯 にくだんご チンジャオロース はるさめスープ ニューサマー	とりにく、ぶたにく、ぎゅうにく ぶたにく とりにく、わかめ	米、麦 パン粉、ラード、さとう、油 油、さとう、でん粉 はるさめ	たまねぎ、りんご ピーマン、赤ピーマン、たけのこ デンゲンサイ、にんじん、しいたけ、しょうが ニューサマー	魚醤
10	水	牛乳 麦ご飯 いわしのうめ ひじきいため かしわ汁	いわし(魚) ぶたにく、ひじき、大豆 とりにく、あつあげ	米、麦 さとう、でん粉 さとう、油	し、うめぼし にんじん、にら、こんにゃく だいこん、にんじん、こまつな、しょうが	小麦 かつおだし
11	木	牛乳 コッペパン チリピーズ チーズ しらすサラダ スライスパン	ぶたにく、いんげん豆、大豆 チーズ しらすぼし(魚)	コッペパン(小麦、乳) じゃがいも、油 ドレッシング(小麦、かつおぶしエキ ス)	たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく きゅうり、キャベツ パインアップル	小麦
12	金	牛乳 麦ご飯 とうがんのもろに たくあんときゅうりのごまずあえ さつまポテト	とりにく	米、麦 油、さとう、でん粉 ごま、ごま油 さつまいも、さとう、油、水あめ	しょうが、とうがん、にんじん、えだ豆 たくあんづけ(小麦)、きゅうり、もやし	かつおだし
15	月	牛乳 麦ご飯 チキンカレー 春やさいのサラダ さくらゼリー	とりにく、とりレバー	米、麦 じゃがいも、油、小麦粉、マーガリン(乳 なし) ドレッシング(小麦)、ごま さとう、水あめ	たまねぎ、にんじん、ピーマン、エリンギ、にんにく、トマト キャベツ、金美にんじん、赤ピーマン、アスパラガス さくらんぼ、レモン	小麦
16	火	牛乳 麦ご飯 マーボー豆腐 もやしのナムル りんご	とうふ、ぶたにく、とりレバー、大豆、みそ	米、麦 さとう、油、ごま油、でん粉 ごま、ドレッシング(小麦)	にんにく、しょうが、しいたけ、にんじん、たまねぎ、にら もやし、きゅうり、にんじん りんご	小麦
17	水	牛乳 もちきびご飯 とりのてりやき きんぴらごぼう わかたけ汁 アーモンドカル	とりにく ぶたにく、うすあげ わかめ いわし(魚)	米、きび さとう、水あめ さとう、油、ごま アーモンド、さとう、ごま	しょうが ごぼう、にんじん、こんにゃく たけのこ、長ねぎ、しょうが	かつおだし
18	木	牛乳 スパゲティナポリタン かぼちゃひきにくフライ フルーツヨーグルト	ベーコン、ぶたにく ぶたにく ヨーグルト	スパゲティ、オリーブ油、さとう ラード、パン粉、でん粉、小麦粉、油、水あ め、さとう さとう	にんじん、たまねぎ、ピーマン、マッシュルーム、トマト、にん にく かぼちゃ、たまねぎ おうとう、みかん、パインアップル	
19	金	牛乳 麦入りクファージュシー さばのしょうがに からしなのささみあえ アーサ汁	ぶたにく、うすあげ、こんぶ さば(魚) とりにく、かんてん アーサ、とうふ	米、麦、油 さとう、でん粉 さとう、ノンエッグマヨネーズ、ドレッシン グ(小麦、かつおぶしエキス)	しいたけ、にんじん、えだ豆 しょうが からしな、もやし、コーン しょうが	かつおだし 小麦 かつおだし
22	月	牛乳 麦ご飯 だしまきたまご 肉じゃが やさいのうめあえ きよみみかん	たまご ぶたにく とりにく、わかめ、かんてん	米、麦 でん粉、油 じゃがいも、油、さとう さとう	にんじん、たまねぎ、こんにゃく、えだ豆 きゅうり、だいこん、うめぼし きよみみかん	かつおだし かつおだし
23	火	牛乳 麦ご飯 さけのつけやき ごまあえ とん汁	さけ(魚) ぶたにく、あつあげ、みそ	米、麦 さとう ごま、さとう じゃがいも	こまつな、キャベツ、きゅうり だいこん、にんじん、長ねぎ、ごぼう	かつおだし
24	水	牛乳 なかよしパン キャベツメンチ ブロッコリーサラダ 県産キャロットスープ ジャム	とりにく、ぶたにく いんげん豆、とりにく、牛乳	なかよしパン(小麦、乳) パン粉、でん粉、さとう、油、米粉 ドレッシング じゃがいも、小麦粉、バター(乳) 水あめ、さとう	たまねぎ、にんじん、えだ豆、とうもろこし、キャベツ、しょう が ブロッコリー、きゅうり、金美にんじん にんじん、たまねぎ、パセリ いちご	
25	木	春の遠足				
26	金	牛乳 たけのこごはん ししゃもフライ おひたし カープゼリー	とりにく ししゃも(魚) 豆乳、小豆、かんてん	米、油 パン粉、小麦粉、でん粉、油 さとう さとう、水あめ、でんぶん	たけのこ、しいたけ、にんじん、いんげん にんじん、はくさい、パクチョイ メロン	かつおだし かつおだし

【給食で使用される食材の産地について】

那覇市内の給食で使用される食材の産地は、那覇市教育委員会学校給食課ホームページでご確認いただけます。

(<http://www.city.naha.okinawa.jp/kakuka/kyouikukyuuosyoku/osirase/santikouhyou.html>)

また、出荷状況や天候等により産地の変更があった場合には、真嘉比小学校ホームページの「給食室からのお知らせ」へ掲載いたします。