

令和6年9月 詳細献立表(アレルギー)

那覇市立松島小学校

917-3485

※「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。

学校給食の	E=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
基準量	610 Kcal	21.1~32.5 g	14.4~21.7g

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、イカ、タコ、貝類、アーモンド、カシューナッツ、ピーカンナッツ、ピスタチオ、鮭、さとう、チーズ、ごま	

※ 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。 ※ 給食を食べる前に、必ず内容を確認してください。
 ※ 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 ※ 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。
 ※ くるみは、表示義務の経過措置期間が2025年3月31日までとされているため、把握できる範囲にて表示しています。

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
2	月	ごはん 大根の中華炒め ちくわのいそべやき	ぶたにく, なるど ちくわ, 青のり, 粉チーズ(乳)	こめ あぶら, ごま油(ごま), さとう ノンエッグマヨネーズ	だいこん, にんじん, たまねぎ, キャベツ, 小松菜, きくらげ, にんにく, しょうが	オイスターソース(貝類)
3	火	クファジュシー かわわじる くだもの(りんご)	ぶたにく, かまぼこ, ひじき とりにく	こめ, あぶら	ごぼう, にんじん, しいたけ, ねぎ だいこん, にんじん, ながねぎ, しめじ, しょうが りんご	
4	水	ごはん みそチゲ チャプチェ ぎょうざ	豆腐, あさり, とりにく, みそ ぶたにく ぶたにく	こめ 緑豆はるさめ, ごま油(ごま), さとう 豚脂, てんぷん, さとう, こむぎこ こめ, もちぎ	えのきたけ, しめじ, はくさい, にんじん, にら たまねぎ, にんじん, ごぼう, ピーマン, しいたけ, しょうが, にんにく キャベツ, たまねぎ, にら, しょうが	
5	木	クリーミーソルト ジャーマンポテト ささみチーズフライ きのこスパゲティ	無塩せきベーコン, とりにく, 牛乳, チーズ(乳) 無塩せきウインナー	じゃがいも, あぶら こむぎこ, パン粉(小麦), なたね油	たまねぎ, マッシュルーム, ブロッコリー, パセリ, ウージパウダー	粒マスタード(砂糖)
6	金	かぼちゃサラダ 手作りカップケーキ	粉チーズ(乳), チーズ(乳), ヨーグルト(乳) たまご, 牛乳	アーモンド, さつまいも, ノンエッグマヨネーズ, さとう ホットケーキミックス(小麦), さとう, あぶら, チョコ(砂糖, 乳)	しめじ, しいたけ, マッシュルーム, きくらげ, たまねぎ, にんじん, こまつな, パセリ, にんにく かぼちゃ, レーズン(砂糖)	
9	月	ごはん とんじる 千切りイリチー ゴーヤーチップス	ぶたにく, みそ, とうふ こんぶ, ぶたにく, かまぼこ	こめ さとう, あぶら こめ, てんぷん, あぶら	だいこん, にんじん, ながねぎ, こまつな, しょうが, にんにく 切干大根, こんにゃく, にんじん ゴーヤー	
10	火	アーサーいたきごみごはん つみれじる くだもの(ぶどう)	ぶたにく, アーサ いわしつみれ(小麦)	こめ, もちぎ, あぶら	にんじん, しいたけ だいこん, にんじん, こまつな, ながねぎ, しょうが ぶどう	
11	水	ごはん はっばうさい てづくりサーターアングギー	ぶたにく, うずらの卵, なるど	こめ あぶら, ごま油(ごま), てんぷん	はくさい, たまねぎ, にんじん, たけのこ, くわい, きくらげ, 絹さや, しょうが	オイスターソース(貝類)
12	木	にんげんそば アーサのかきあげ ぶどうゼリー	ぶたにく, かまぼこ かまぼこ, 大豆, アーサ, たまご	こむぎこ, あぶら さとう	キャベツ, にんじん, たまねぎ, にら ごぼう, にんじん ぶどう果汁	
13	金	ごはん シカムドゥチ グンボーイリチー てづくりふりかけ	ぶたにく, かまぼこ ぶたにく, かまぼこ, みそ しらす, ひじき, かつおぶし	こめ あぶら, さとう さとう, ごま	しいたけ, こんにゃく, だいこん ごぼう, にんじん, こんにゃく, いんげん	ゆかり(砂糖)
17	火	ゆしどうふ あきのかおりごはん さかなのもみじやき おつきみだんご	ゆし豆腐 とりにく, うずあげ ホキ, 白花生, 白いんげん豆	こめ, もちぎ, くり, あぶら ノンエッグマヨネーズ じょうしんこ, さとう, みずあめ	ねぎ にんじん, しいたけ, しめじ, えだ豆 にんじん, パセリ	
18	水	ごはん クーリジシ ナーペーラアップシー	ぶたにく, かまぼこ, たまご ぶたにく, とうふ, みそ	こめ あぶら	しいたけ, こんにゃく, とうがん にんじん, へちま, にら	
19	木	きなこあげパン キャロットスープ ひじきのごまサラダ	きな粉, スキムミルク(乳)	コッペパン(小麦, 乳), あぶら, さとう, 黒糖, アーモンド じゃがいも, こむぎこ, パター(乳), 生クリーム(乳)	たまねぎ, にんじん, パセリ, ウージパウダー にんじん, キャベツ	
20	金	ごはん わかめスープ 酢魚 ぶりかけ(市販品)	わかめ, とうふ たら のり	こめ ごま こむぎこ, あぶら, ごま油(ごま), さとう, てんぷん てんぷん, こめ, 米ぬか, さとう, ひえ, きぬあ	だいこん, えのきたけ, しいたけ たまねぎ, にんじん, ピーマン, たけのこ, しいたけ にんじん	
24	火	スパゲティナポリタン タンドリーチキン タンカンサラダ	無塩せきベーコン, 無添加ハム, チーズ(乳) とりにく, ヨーグルト(乳)	スパゲッティ(小麦), さとう, パター(乳), オリーブ油 さとう	にんじん, たまねぎ, ピーマン, マッシュルーム, にんにく にんにく ブロッコリー, カリフラワー, キャベツ, きゅうり, コーン	デミグラスソース(小麦), ミートソース(小麦)
25	水	ごはん あさりのすましじる ヌクナーグー くだもの(バナナ)	あさり, かまぼこ, わかめ ぶたにく, かまぼこ	こめ あぶら	とうがん, しめじ, しいたけ だいこん, にんじん, こんにゃく, ごぼう, しいたけ, こまつな バナナ	
26	木	しらすと枝豆のごはん 白菜のごま酢和え ずんだもち	しらす, とりにく とりささみチャンク(砂糖)	こめ, あぶら ごま, さとう 白玉もち, さとう	えだ豆, にんじん, しいたけ はくさい, きゅうり, にんじん 青大豆	
27	金	あきやさいカレー フルーツヨーグルト キャロットピラフ	とりにく, 豚レバー, 白花生, 白いんげん豆, スキムミルク(乳) ヨーグルト(乳)	じゃがいも, さつまいも, あぶら, パター(乳), こむぎこ さとう	にんじん, たまねぎ, しめじ, れんこん, かぼちゃ, にんにく, ウージパウダー パイナップル, みかん, 黄桃(もも), バナナ, レモン	カレーウ(小麦), デミグラスソース(小麦)
30	月	トマトシチュー きりぼしだいこんサラダ	ぶたにく, 豚レバー, ひよこ豆, えんどう豆, レンズ豆, 小豆, 大豆 とりささみチャンク(砂糖)	じゃがいも, あぶら, 玄米, 押し麦, 赤米, たかきび, もち麦 ごま, ドレッシング(小麦・砂糖・ごま)	たまねぎ, にんじん, なす, トマト, パセリ, ウージパウダー, にんにく 切干大根, きゅうり, にんじん, ごぼう	キャロットピラフ素(砂糖)