

# 令和6年10月 詳細献立表(アレルギー)

那覇市立松島小学校 917-3485

学校給食の 基準量	E=エネルギー 610 Kcal	P=タンパク質 21.1~32.5 g	F=脂質 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、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、ヒスタチオ、鮭、さとう、チーズ	
※ 醤油と酢に含まれる「小麦」は表示していませんが、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があります。 ※ 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 もともになる食品	(きいろ) おもにエネルギーの もともになる食品	(みどり) おもに体の調子を 整えるもともになる食品	調味料由来
1	火	牛乳	ごはん みそおでん あまずあえ れんこんつくね	豚肉、こんぶ、みそ、ミニがんと、かまぼこ 鶏肉	こめ さとう ざとう ラード、パン粉、油、砂糖、てんぷん	だいこん、にんじん、こんにやく だいこん漬(砂糖)、にんじん、きゅうり、キャベツ、レモン たまねぎ、れんこん、しょうが	
2	水	牛乳	げんまいごはん コンソメスープ タコライス	無塩せきベーコン 豚肉、豚レバー、大豆、チーズ(乳)	こめ、玄米 じゃがいも あぶら	にんじん、とうがら、セロリ、コーン、パセリ にんじん、たまねぎ、ピーマン、にんにく、キャベツ、ウージパウダー	
3	木	牛乳	ごはん かぼちゃのみそしる いんげんのごまあえ ぶたにくのしょうがやき	わかめ、みそ 豚肉	こめ じゃがいも ごま、さとう さとう	かぼちゃ、たまねぎ いんげん、にんじん、きゅうり しょうが	
4	金	牛乳	しょうゆラーメン フルーツあんじん	ワンタン(小麦)、なると	中華めん(小麦)、ごまあぶら 杏仁風豆乳ゼリー、砂糖	キャベツ、にんじん、コーン、ほうれん草、たけのこ パイナップル、みかん、黄桃(もも)、洋なし、ぶどう、さくらんぼ、バナナ、シークワーサー	
7	月	牛乳	ごはん さかなソーメンじる レバニラいため	鶏肉、魚そうめん、豆腐 豚レバー、豚肉、みそ	こめ あぶら、さとう、ごまあぶら	しいたけ、にんじん、ごまつな にんじん、たけのこ、キャベツ、たまねぎ、にら、にんにく	
8	火	牛乳	ちゅうかおこわ パンサンスー シュウマイ	鶏肉 ハム(卵、乳)、きんしたまご(卵) 鶏肉、豚肉、大豆粉、みそ	こめ、もち米、あぶら、ごまあぶら 春雨、さとう、ごまあぶら パン粉、小麦粉、砂糖、てんぷん、ラード	にんじん、さくらげ、しいたけ、たけのこ、えだまめ きゅうり、だいこん、にんじん たまねぎ、しょうが	
9	水	牛乳	くらまいごはん ななみじる クレープイリチー みかん	豚なかみ、豚肉 豚肉、かまぼこ、こんぶ	こめ、黒米 あぶら、さとう	しいたけ、こんにやく、しょうが 切干大根、こんにやく、にんじん うんしゅうみかん	
10	木	牛乳	ごはん おくらいりもずくどん けんさんまぐろのいそやき だいこんのうめあえ	豚肉、もずく まぐろ、みそ、青のり ちくわ	こめ あぶら、さとう、てんぷん さとう さとう	にんじん、たまねぎ、コーン、オクラ、しょうが だいこん、にんじん、きゅうり、うめ	梅びしお(砂糖)
11	金	牛乳	スパゲティジェノベーゼ 緑黄色野菜のカラフルサラダ チキンのハニーマスタードやき	鶏肉、チーズ(乳)	スパゲティ(小麦)、オリーブ油、バター(乳) アーモンド、ドレッシング(小麦、砂糖) はちみつ(砂糖)	たまねぎ、にんじん、エリンギ、まいたけ、パセリ、にんにく にんじん、ブロッコリー、かぼちゃ	ジェノバペースト(乳) 粒マスタード(砂糖)
21	月	牛乳	ごはん ぶたにくのすきやき ごさかなのあめがらめ	豚肉、豆腐 カエリ(いわし稚魚)	こめ あぶら、さとう アーモンド、ごま、黒糖、さとう、はちみつ	はくさい、にんじん、ながねぎ、こんにやく、ほうれん草、しいたけ、にんにく	
22	火	牛乳	コーンチーストースト 野菜とチキンのトマト煮 なし	チーズ(乳) 鶏肉、大豆	食パン(小麦、乳)、ノンエッグマヨネーズ じゃがいも、あぶら、さとう	コーン、パセリ にんじん、たまねぎ、しめじ、パプリカ、ブロッコリー、トマト、にんにく	デミグラスソース(小麦)
23	水	牛乳	かやくごはん はくさいのゆずあえ うむくじてんぷら	鶏肉、あぶらあげ、しらす干し	こめ、あぶら さとう マッシュポテト、砂糖、紅芋、てんぷん、あぶら	にんじん、ごぼう、こんにやく、しめじ はくさい、にんじん、きゅうり、ゆず	
24	木	牛乳	ごはん 中華コンソメスープ ぶたにくごもくいため	鶏肉、豆腐 豚肉	こめ てんぷん あぶら、ごまあぶら	コーン、しいたけ、にんじん、チンゲンサイ にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、たけのこ、こんにやく、寒天、にんにく	
25	金	牛乳	ごはん すましじる ひじきいため さばのみぞれがけ	鶏肉、はんぺん、わかめ ひじき、豚肉、大豆 さば	こめ あぶら、さとう	とうがら、しめじ、しいたけ 切干大根、こんにやく、にんじん、にら だいこん	
28	月	牛乳	げんまいごはん チキンカレー コブサラダ	鶏肉、鶏レバー、白花生、いんげんまめ 鶏肉、鶏レバー	こめ、玄米 じゃがいも、あぶら、バター(乳)、こむぎ ドレッシング(卵、乳)	にんじん、たまねぎ、ほうれん草、かぼちゃ、にんにく、ウージパウダー きゅうり、ブロッコリー、パプリカ、コーン	デミグラスソース(小麦)、カレールウ(小麦)
29	火	牛乳	わかめごはん にくじゃが カルフィッシュ もも缶	わかめ 豚肉 かたくちいわし	こめ あぶら、じゃがいも、さとう さとう、てんぷん、米粉 さとう	にんじん、たまねぎ、こんにやく、絹さや もも	わかめごはん素(砂糖)
30	水	牛乳	ごはん シカムドウチ シマナーチャンプルー レバーのかりんあげ	豚肉、かまぼこ ツナ、とうふ 豚レバー	こめ あぶら さとう、米粉、てんぷん、あぶら、ごま	しいたけ、こんにやく、だいこん からし菜、にんじん、キャベツ しょうが	
31	木	牛乳	バーガーパン パンクンスープ ハンバーグデミソースかけ コールスローサラダ パンクンパバロア	無塩せきベーコン、スキムミルク(乳) ハンバーグ	あぶら、生クリーム(乳)、バター(乳)、こむぎ さとう	かぼちゃ、たまねぎ、パセリ、ウージパウダー たまねぎ キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン かぼちゃ	デミグラスソース(小麦)