

令和7年7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 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

表示義務(特定原材料)8品目	その他
たまご、乳、小麦、落花生（ピーナッツ）、エビ、ソバ、カニ、くるみ	大麦、イカ、タコ、貝類、カシューナッツ、ビーガンナッツ、ビスタチオ、さとう、チーズ
※ 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 もとなる食品	(きいろ) 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	 県産まぐろとアーサの炊き込みごはん どりにくのねぎみそやき カルテツあえ バナナ	まぐろ、アーサ、油揚げ、大豆、かまぼこ 鶏肉、みそ ひじき、かつおぶし	こめ、あぶら ドレッシング（小麦）	ごぼう、にんじん、しょうが しょうが、ながねぎ、ウージパウダー だいこん、にんじん、こまつな、キャベツ バナナ	
2	水	 アップルシナモントースト クラムチャウダー ほうれん草オムレツ	あさり、無塩せきベーコン、鶏肉、スキムミルク（乳） たまご	パン（小麦、乳）、バター（乳）、砂糖 じゃがいも、こむぎこ、バター（乳）、あぶら あぶら、でんぶん	りんご たまねぎ、にんじん、パセリ ほうれんそう	
3	木	 ごはん たまごスープ 豚丼 キムチあえ	たまご 豚肉 こんぶ、かつおぶし	こめ でんぶん あぶら、さとう、でんぶん さとう	しいたけ、コーン、ねぎ しょうが、にんにく、にんじん、たまねぎ、こんにゃく、たけのこ、こまつな きゅうり、はくさい	キムチ（砂糖）
4	金	 県産トマトのリゾット ゴーヤーとナッツのサラダ メンチカツ（小麦・卵・乳） ちらしずし	鶏肉、チーズ（乳） 鶏肉 こんぶ、かつおぶし	こめ、あぶら アーモンド、ノンエッグマヨネーズ、ドレッシング（砂糖）	にんにく、にんじん、たまねぎ、トマト、マッシュルーム、ほうれん草、パセリ ゴーヤー、コーン、きゅうり、パプリカ	
7	月	 たなばたソーメンじる ナーペーランブシー たなばたゼリー	鶏肉、魚そうめん（かまぼこ） 豚肉、とうふ、みそ	こめ、さとう、あぶら あぶら バインゼリー（砂糖）	にんじん、たけのこ、れんこん、かんぴょうしいたけ しいたけ、にんじん、とうがん、こまつな にんじん、へちま、にら	小麦（酢由来）
8	火	 ごはん 切干大根のスープ もずくどん ゴーヤーチップス	鶏肉 豚肉、もずく	こめ でんぶん、ごまあぶら あぶら、さとう、でんぶん 米粉、でんぶん、あぶら	こまつな、にんじん、切干大根、えのきたけ、にんにく、しょうが にんじん、たまねぎ、コーン、えだ豆、しょうが ゴーヤー	
9	水	 パン（なかよし） ジュリアンヌスープ いわしのトマトに ツナあえ てづくりべにいもあん	鶏肉、無塩せきベーコン いわし ツナ 白花豆、白いんげん豆、小豆	じゃがいも さとう、米粉 ノンエッグマヨネーズ、さとう 紅芋、バター（乳）、生クリーム（乳）、さとう	にんじん、たまねぎ、だいこん、コーン、パセリ たまねぎ、トマト、レモン きゅうり、キャベツ、にんじん りんご	
10	木	 ごはん うちなーみそしる おからイリチー あさりのつくだに	豚肉、とうふ、みそ おから、かまぼこ、ひじき、ちりめんじゃこ あさり	こめ あぶら、さとう さとう、あぶら	とうがん、にんじん、へちま、こまつな にんじん、もやし、しいたけ、にら ごぼう、しょうが	
11	金	 ごはん とうがんの中華炒め レバーのかりんあげ モーウィとひじきのゴマよごし	豚肉、あつあげ、かまぼこ 豚レバー ひじき	こめ あぶら、ごまあぶら、さとう さとう、米粉、でんぶん、あぶら、ごま ごま、さとう	とうがん、にんじん、たまねぎ、キャベツ、こまつな、きくらげ、にんにく、しょうが しょうが モーウィ、きゅうり	オイスターソース（貝類）
14	月	 ゆかりごはん あつあげとやさいのうまい さかなのにんじんソースやき	豚肉、あつあげ ホキ、白花豆、いんげん豆	こめ あぶら、さとう ノンエッグマヨネーズ	梅 だいこん、にんじん、はくさい、こんにゃく、しいたけ、いんげん にんじん、パセリ	ゆかり（砂糖）
15	火	 げんまいごはん 県産なつやさいカレー 県産まぐろカツ 県産アセロラジュレポンチ	鶏肉、とりレバー、白花豆、いんげん豆 まぐろ	こめ、玄米 じゃがいも、あぶら、バター（乳）、こむぎこ あぶら、パン粉（小麦）、でんぶん、さとう	にんじん、たまねぎ、へちま、とうがん、なす、にんにく パイナップル、みかん、もも、りんご、シークワーサー	小麦
16	水	 ごはん ヌードルスープ チンジャオロース オレンジ	鶏肉、かまぼこ 牛肉	こめ 米粉麺、ごまあぶら ごまあぶら、あぶら、さとう、でんぶん	キャベツ、にんじん、きくらげ、コーン たまねぎ、ピーマン、パプリカ、たけのこ、にんにく、しょうが オレンジ	オイスターソース（貝類）
17	木	 ごはん ゆしとうふ（みそ） ヌンクワソー 手作りちんすこう	ゆし豆腐、アーサ、みそ 豚肉、かまぼこ	こめ ごま あぶら こむぎこ、さとう、ラード、ショートニング	だいこん、にんじん、こんにゃく、ごぼう、しいたけ、こまつな	
18	金	 スパゲティジェノパース かぼちゃチーズやき コーンサラダ ボンデドーナツ	鶏肉、粉チーズ（乳） 豚肉、チーズ（乳） ツナ たまご、全粉乳	スパゲティ（小麦）、オリーブ油、バター（乳） さとう ドレッシング（砂糖） チョコレート（乳）、砂糖、小麦粉、あぶら、でんぶん、ココア	たまねぎ、にんじん、エリンギ、まいたけ、パプリカ、にんにく かぼちゃ、たまねぎ、にんにく キャベツ、にんじん、コーン	ジェノパースト（乳） 小麦
8/26	火	 ごはん 春雨スープ ピビンバ 豆乳アイス（バナナ）	鶏肉 豚肉、みそ、きんしたまご（卵） 豆乳	こめ 春雨 あぶら、さとう、でんぶん、ドレッシング（小麦） 水あめ、砂糖、あぶら	にんじん、チンゲンサイ、しいたけ にんにく、しょうが、だいこん、ほうれん草、にんじん	小麦
8/27	水	 うっちゃんライス ラビオリスープ 魚のバジル焼き オレンジ	豚肉 鶏肉、ラビオリ（小麦） ホキ、チーズ（乳）	こめ、バター（乳）、あぶら じゃがいも、あぶら あぶら	にんじん、たまねぎ、マッシュルーム、パプリカ、ピーマン、にんにく にんじん、とうがん、コーン、にんにく バジル	ジェノパースト（乳）
8/28	木	 ごはん チムシンジ クープイリチー てづくりサーターアンドンギー	豚肉、豚レバー、みそ 豚肉、かまぼこ、こんぶ たまご	こめ じゃがいも あぶら、さとう こむぎこ、ホットケーキミックス（小麦）、さとう、黒糖、あぶら	にんじん、とうがん、ねぎ、にんにく 切干大根、こんにゃく、にんじん	
8/29	金	 ごはん ハヤシライス ビーンズサラダ ヨーグルト	豚肉 ハム（卵、乳）、ひよこ豆、青えんどう豆、赤いんげん豆、チーズ（乳） ヨーグルト（乳・砂糖）	こめ 米粉、バター（乳） ドレッシング（卵）	にんじん、たまねぎ、グリーンピース、マッシュルーム キャベツ、きゅうり、コーン	