

令和7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 基準量	E=エネルギー 650 Kcal	P=タンパク質 21.1~32.5 g	F=脂質 14.4~21.7g
--------------	---------------------	------------------------	--------------------

<p style="text-align: center;">表示義務(特定原材料)8品目</p> <p style="text-align: center;">たまご、乳、小麦、落花生(ピーナッツ)、エビ、ソバ、カニ、くるみ</p> <p>※ 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います。</p> <p>※ 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。</p> <p>※ 給食を食べる前に、必ず内容を確認してください。</p>	<p style="text-align: center;">その他</p> <p style="text-align: center;">大麦、イカ、タコ、貝類、カシューナッツ、ピーカンナッツ、ピスタチオ、さとう、チーズ</p> <p>※ 材料、天候等により、献立を変更する場合があります。</p> <p>※ 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。</p> <p>※ 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。</p>
---	--

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	月	さつまいもごはん どりにくのてりやき なめこのみそ汁 オレンジ	鶏肉 鶏肉	こめ、さつまいも、あぶら さとう	しめじ、にんじん、しいたけ、ねぎ しょうが とうがん、ながねぎ、なめこ オレンジ	
2	火	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き アーサとあさりのスープ ぜんざい	さけ、みそ アーサ、あさり、かまぼこ 金時豆	こめ バター(乳)、さとう 白玉もち、大麦、さとう、黒糖、ごま	キャベツ、たまねぎ、にんじん、しめじ、コーン、にんにく とうがん、しいたけ、しょうが	
3	水	二色あげばん ミネストローネ かぼちゃサラダ	スキムミルク(乳)、きな粉 鶏肉	なまよしパン(小麦、乳)、あぶら、さとう、黒糖、ココア じゃがいも、あぶら	キャベツ、にんじん、たまねぎ、セロリ、トマト、にんにく かぼちゃ、レーズン	
4	木	ごはん もずくスープ レバニラいため 手作り紅芋クッキー	もずく、かまぼこ、とうふ 豚レバー、豚肉、みそ とうにゅう	こめ あぶら、さとう、ごまあぶら、ごま こむぎこ、てんぷん、さとう、紅芋、あぶら、コーンスターチ	はくさい、ねぎ にんじん、たけのこ、キャベツ、たまねぎ、にら、にんにく	
8	月	ごはん タコライス(ミート) タコライス(サラダ) ABCマカロニスープ とうにゅうプリン	豚肉、豚レバー、大豆 チーズ(乳) 鶏肉	こめ あぶら マカロニ(小麦)、じゃが芋、てんぷん	にんじん、たまねぎ、ピーマン、にんにく、トマト、ウージパウダー キャベツ にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ	
9	火	げんまいごはん きゅうどん たまごスープ なし	牛肉 鶏肉、たまご	こめ、玄米 さとう、あぶら てんぷん、ごまあぶら	にんにく、しょうが、たまねぎ、にんじん、こんにゃく、こまつな チンゲンサイ、しめじ なし	
10	水	きつねうどん アーサのかきあげ アーモンドあえ	豚肉、かまぼこ、油揚げ かまぼこ、大豆、アーサ、たまご どりにく	うどん(小麦)、さとう こむぎこ、あぶら アーモンド、さとう	だいこん、しいたけ、にんじん、ながねぎ、はくさい れんこん、にんじん こまつな、もやし	
11	木	酢飯 手巻き寿司(ツナあえ) 手巻き寿司(たまごやき) 手巻き寿司(なっとう) 手巻き寿司(やきのり) とんじり	ツナ たまご なっとう、のり やきのり 豚肉、とうふ、みそ	こめ 卵なしマヨネーズ、さとう てんぷん、さとう、あぶら さとう	からし菜、にんじん 梅	すし酢(小麦、砂糖) 小麦 小麦
12	金	クワシューシー さかなじる レンコンとひじきのごまあえ バナナ	豚肉、かまぼこ、ひじき 赤魚、みそ ひじき、どりにく	こめ、あぶら ごま、さとう	とうがん、にんじん、ながねぎ、こまつな、しょうが、にんにく ごぼう、にんじん、しいたけ、ねぎ 大根、にんじん、こんにゃく、長ねぎ、こまつな、しょうが、にんにく にんじん、キャベツ、れんこん バナナ	
16	火	パインハートtoast 野菜とチキンのトマト煮 紫キャベツとにんじんのサラダ	チーズ(乳) 鶏肉、大豆 ツナ	食パン(小麦、乳)、さとう、はちみつ、 バター(乳) じゃがいも、あぶら、さとう	パイナップル にんじん、たまねぎ、しめじ、パパイア、ブロッコリー、トマト、にんにく 紫キャベツ、キャベツ、にんじん、シークワーサー	デミグラスソース(小麦)
17	水	ごはん にくじゃが てづくりたまごやき 大根の梅和え	豚肉 たまご、とうふ、無塩せきベーコン、 チーズ(乳)、ヨーグルト(乳) どりにく	あぶら、じゃがいも、さとう ごまあぶら、さとう こめ	にんじん、たまねぎ、こんにゃく、絹さや にんじん、たまねぎ、パセリ だいこん、きゅうり、うめ	
18	木	シカムドウチ うじらとうふ パパイアイリチー きのこスパゲティ	豚肉、かまぼこ とうふ、魚すりみ かまぼこ、ツナ 無塩せきベーコン	さとう、ごま、てんぷん、あぶら あぶら スパゲッティ(小麦)、あぶら	しいたけ、こんにゃく、とうがん にら、にんじん、きくらげ、えだまめ パパイア、にんじん、にら しめじ、まいたけ、マッシュルーム、きくらげ、たまねぎ、にんじん、こまつな、にんにく キャベツ、きゅうり、コーン	
19	金	ピーンズサラダ てづくりパンプキンソース	ハム(卵、乳)、ひよこ豆、青えんどう 豆、赤いんげん豆、チーズ(乳)	ドレッシング(卵) こむぎこ、バター(乳)、さとう	かぼちゃ	
22	月	ごはん どりにく 魚の天ぷら 小松菜とコーンのおかか和え	鶏肉 ホキ、たまご ひじき、かつおぶし	こめ こむぎこ、あぶら	だいこん、にんじん、はくさい、しいたけ、しょうが こまつな、コーン、にんじん	
24	水	ひやしちゅうか にくだんごスープ べにいもち	無添加ハム ミートボール(砂糖) きな粉	中華めん(小麦) タピオカ粉、紅芋、さとう、アーモンド	きゅうり、もやし、にんじん とうがん、にんじん、こまつな、えのきたけ、こんにゃく、寒天、しょうが レモン	たれ(小麦)
25	木	きのこと果のおこわ アーサイリゆしとうふ さんまのかば焼き こどうパン	鶏肉、かまぼこ ゆし豆腐、アーサ さんま 脱脂粉乳(乳)	こめ、もち米、くり、あぶら あぶら、黒砂糖、小麦粉	しいたけ、しめじ、にんじん、ごぼう、えだまめ しょうが	
26	金	ポテのポタージュ タンタンサラダ タンリーチキン	無塩せきベーコン、白花生、白いんげん豆 鶏肉、ヨーグルト(乳)	じゃがいも、こむぎこ、バター(乳)、生クリーム(乳) さとう	たまねぎ、にんじん、パセリ、ウージパウダー にんにく	
29	月	くらまいごはん クープイリチー なかみじり さかなのもみじやき ぶどう	豚肉、かまぼこ、こんぶ 豚なかみ、豚肉 ホキ、白花生、白いんげん豆	あぶら、さとう 卵なしマヨネーズ	切干大根、こんにゃく、にんじん しいたけ、こんにゃく、しょうが にんじん、パセリ ぶどう	
30	火	ごはん うちなーみそしる レバーのかりんあげ タマナーチャンプルー	豚肉、わかめ、みそ 豚レバー 豚肉、無添加ハム、とうふ	こめ さとう、米粉、てんぷん、あぶら、ごま あぶら	とうがん、にんじん、へちま、ねぎ しょうが にんじん、キャベツ、こまつな、にんにく	