

令和6年 7, 8月 詳細献立表(アレルギー)

銘苅学校給食センター

※「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。

917-3463

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)、エビ、そば、カニ、くるみ	タコ、イカ、鱈、ナッツ類、ごま、キウイ
※ 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。 ※ 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。	
※ 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	 アーサ炊き込みごはん ミミガー入りごま和え いわしのうめ煮	アーサ、鶏肉、油揚げ ミミガー いわし	こめ、麦、油 ごま、ドレッシング(ごま)、卵なしマヨネーズ 砂糖、でん粉	しいたけ、人参、ねぎ きゅうり、モウイ、人参、ほうれん草 梅	
2	火	 むぎごはん マーボー冬瓜 星型ポテト セタゼリー	豚肉、鶏レバー、大豆、とうふ、みそ	こめ、麦 油、でん粉 じゃがいも、米粉、油 砂糖、油	しいたけ、冬瓜、人参、たまねぎ、長ねぎ、にんにく、しょうが レモン、ぶどう、みかん	小麦
3	水	 全粒粉パン キャロットスープ マセドアンサラダ ラトウイユ味ミートボール	脱脂粉乳(乳) 鶏肉、白いんげん豆、豆乳 鶏肉、大豆、豚肉	小麦粉、全粒粉、砂糖、油 じゃが芋、米粉、乳なしマーガリン 卵なしマヨネーズ、ドレッシング、さとう 油、砂糖、でん粉	人参、玉ねぎ、ブロッコリー モウイ、きゅうり、えだ豆、コーン 玉ねぎ、にんにく、しょうが、トマト、ズッキーニ、ナス、パプリカ	
4	木	 むぎごはん 水ぎょうざスープ レバニラいため オレンジ	水餃子(小麦、ごま) 豚レバー、豚肉	こめ、麦 ごま、ごま油 油、さとう	しめじ、キャベツ、人参 竹のこもやし、玉ねぎ、人参、にら、にんにく、しょうが オレンジ	カキ、ホタテ、魚醤
5	金	 きびごはん 魚ソーメン汁 パパイアとゴーヤーのあえもの キャベツのミンチカツ	かまぼこ(イトヨリ)、油揚げ まわかれ 鶏肉、豚肉、大豆	こめ、もちきび 卵なしマヨネーズ、さとう 油、パン粉(小麦)、でん粉、砂糖、米粉	白菜、人参、こまつなしょうが パパイア、ゴーヤー、モウイ 玉ねぎ、人参、枝豆、コーン、キャベツ、しょうが	
8	月	 鶏ごぼろごはん 大根のほりはり漬け マダロカツ	鶏肉、油揚げ ちくわ(イトヨリ、エソ) まぐろ	こめ、油 さとう、ごま、ごま油 パン粉(小麦粉)、砂糖、でん粉、油	しいたけ、ごぼろ、人参、えだ豆 切干大根、人参、モウイ	
9	火	 冷やし中華(麺) 冷やし中華(タレ) 冷やし中華(具) わかめスープ すいか	ハム 豚肉、厚揚げ、わかめ	小麦粉、油、ごま油、でん粉 砂糖	シークワサー オクラ、きゅうり、人参 大根、長ねぎ、しょうが すいか	
10	水	 げんまいごはん 県産やさいカレー フルーツポンチ	鶏肉、豚レバー、白いんげん豆	こめ、玄米 じゃが芋、油、小麦粉、乳なしマーガリン 砂糖、ゼリー(乳)	玉ねぎ、モウイ、へちま、人参、ピーマン、にんにく、ブルーベリー 黄桃、パイナップル、みかん	小麦
11	木	 わかめごはん クーリジシ パパイア、イチヂク 納豆	わかめ 豚肉、たまご 豚肉、厚揚げ、かまぼこ(イトヨリ)、スケソウダラ、エソ	こめ、麦、砂糖 油 砂糖	こんにゃく、しいたけ、冬瓜、こまつな パパイア、黄人参、人参、にんにくの芽	
12	金	 むぎごはん もずく丼 はくさいの梅あえ おからちんすこう ウチンライス トロピカルサラダ 魚のてりやき	もずく、豚肉、鶏レバー、大豆 ツナ(まぐろ) おから 豚肉、油揚げ 大豆 かじき	こめ、麦 油、さとう、でん粉 ドレッシング、さとう 小麦粉、砂糖、油 こめ、麦、油 ドレッシング さとう	こんにゃく、しいたけ、たまねぎ、人参、えだ豆、コーン、にんにく、しょうが 白菜、人参、モウイ、うめ、しそ しいたけ、人参、玉ねぎ、えだ豆、コーン パイナップル、モウイ、きゅうり、赤ピーマン、ブロッコリー、シークワサー しょうが	
17	水	 ゆかり黒米ごはん 冬瓜のみそ汁 にんじんシリシリ カップもずく	豚肉、とうふ、わかめ、みそ たまご、かまぼこ(イトヨリ)、スケソウダラ、エソ もずく	こめ、黒米、砂糖 油 砂糖 小麦粉、油	しそ 冬瓜、長ねぎ パパイア、人参、玉ねぎ、にんにくの芽 シークワサー	
18	木	 沖縄そば(めん) 沖縄そば(汁・具) ウサチ 手作りアガラサー	豚肉 わかめ	さとう 小麦粉、黒糖	キャベツ、玉ねぎ、人参、ねぎ、しょうが 大根、きゅうり、人参、シークワサー	
19	金	 むぎごはん あぐー豚丼 小魚とアーモンドのあめがらめ シークワサーソルベ	豚肉 いわし、大豆	こめ、麦 油、さとう、でん粉 アーモンド、油、黒糖、さとう、はちみつ さとう	しいたけ、こんにゃく、れんこん、キャベツ、たまねぎ、人参、にら、にんにく シークワサー	

8月 夏休み7/20～8/25

26	月	 きびごはん イナムドゥチ フータンチャー 紅いもだんご	豚肉、かまぼこ(スケソウダラ、イトヨリ)、みそ 麩(小麦)、豚肉、厚揚げ	こめ、もちきび 油 紅いも、もち粉、ごま、砂糖、白玉粉、油	しいたけ、こんにゃく キャベツ、からし菜、人参	
27	火	 わかめごはん かぼちゃ入り肉じゃが ゴーヤーチップス シークワサーゼリー	わかめ 鶏肉	こめ、麦、砂糖 じゃが芋、油、さとう でん粉、油 さとう	こんにゃく、しいたけ、かぼちゃ、たまねぎ、人参、いんげん ゴーヤー、れんこん シークワサー	
28	水	 むぎごはん マーボーナス ぎょうざ パイン	豚肉、鶏レバー、大豆、とうふ、みそ 豚肉	こめ、麦 油、でん粉 小麦粉、でん粉、油、砂糖 砂糖	なす、人参、玉ねぎ、長ねぎ、にら、にんにく、しょうが きやべつ、玉ねぎ、にら、しょうが パイナップル	小麦
29	木	 きのかすパゲティ ウチナー野菜サラダ つくね	豚肉 ツナ(まぐろ) 鶏肉、大豆	スパゲッティ(小麦)、油、乳なしマーガリン 卵なしマヨネーズ、さとう パン粉(小麦)、でん粉、油、玄米、砂糖	人参、玉ねぎ、キャベツ、しめじ、えのきにんにく モウイ、きゅうり、赤ピーマン 玉ねぎ、にんにく	
30	金	 げんまいごはん チキンカレー フルーツポンチ	鶏肉、鶏レバー、白いんげん豆	こめ、玄米 じゃが芋、油、小麦粉、乳なしマーガリン 砂糖、マスカットゼリー	玉ねぎ、人参、へちま、冬瓜、ブロッコリー、にんにく、ブルーベリー もも、なし、ぶどう、パイナップル、さくらんぼ、みかん	小麦