

令和2年10月 詳細献立表 (アレルギー)

那覇小学校  
917-3478

※「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7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)7品目		その他
卵、乳、小麦、落花生(ピーナッツ)、そば、そば、かに		赤魚、いか、たこ、ほたて、かき
※ 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。		

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
1	木	ごはん 鶏肉のそぼろ煮 とうもろこしの胡麻和え お芋大福	ふた肉ふたレバー、あつあげ	こめ さとう、こめ油 ごま、さとう さつまいも、もち粉、さとう、コーンスターチ 水あめ、なたね油	しょうが、にんじん、とうがねん、ほうれん草、こんにゃく もやし、とうもろこし、にんじん、コーン	
2	金	シナモントースト ミートボールのトマト煮 カリフラワーサラダ	ミートボール大豆 カリフラワーサラダ	鶏パン(小麦、乳)、マーガリン(乳) さとう じゃがいも、こめ油、さとう ドレッシング(小麦)	シナモン たまねぎ、にんじん、なす、ブロッコリー、にんにく、トマト カリフラワー、キャベツ、きゅうり、赤ピーマン、黄ピーマン	
5	月	さけとさつまいものピラフ 鶏の塩マヨ焼き 白菜のおひたし	ベーコン(乳)、さけ とり肉、みそ うすあげ	こめ、さつまいも、こめ油、バター(乳) ノンエックマヨネーズ、さとう さとう	にんじん、たまねぎ、赤ピーマン、赤ピーマン、しめじ にんにく、ウーシパウダー うめびしお えのきだけ、小松菜、はくさい	
6	火	きりこはん 麻婆大根 中華サラダ	とうふ、ふた肉、ふたレバー、大豆、みそ	こめ、もちきび こめ油、さとう、でん粉、ごま油 さとう、ごま油	にんじん、大根、たまねぎ、長ねぎ、木くらげ にんにく、しょうが コーン、きゅうり、キャベツ	小麦・かき
7	水	カレーうどん ポテトコロッケ フレンチサラダ	とり肉、なると 脱脂粉乳(乳)、たまご、牛肉、大豆	うどん(小麦)、小麦粉、マーガリン(乳) さとう、でん粉、じゃがいも、パン粉(小麦) 小麦粉、サラダ油 ドレッシング	にんじん、たまねぎ、しめじ、小松菜、長ねぎ たまねぎ きゅうり、赤ピーマン、キャベツ、コーン	小麦
8	木	ごはん にこけ キャベツのおかか和え なっとう	ごはん、あつあげ、ふた肉 糸けずり なっとう	こめ さとう さとう	にんじん、だいこん、こんにゃく、いんげん、しいたけ キャベツ、にんじん、ブロッコリー	
9	金	むぎごはん 魚の天ぷら もやし炒め じゃがいもの味噌汁	まぐろ、たまご ちきり、さけ、ベーコン(乳) うすあげ、みそ	こめ、麦 小麦粉、サラダ油 こめ油 じゃがいも	もやし、ほうれん草、にんじん 小松菜、えのきだけ	
12	月	中華ピラフ 焼き餃子 春雨サラダ	ふた肉、せいか ふた肉 ハム(乳・卵)	こめ、ごま油、こめ油 こめ粉、でん粉、さとう、小麦粉、油、ラード 春雨、さとう、ごま油	にんじん、しいたけ、木くらげ、たけのこ、えだまめ、 ウーシパウダー キャベツ、にんじん、しょうが、たまねぎ だいこん、キャベツ	
13	火	むぎごはん ごぼうのミンチカツ ひじき炒め 大根とわかめの味噌汁	とり肉、大豆、ふた肉 ひじき、大豆、ちきり、さけ、ふた肉 わかめ、うすあげ、みそ	こめ、麦 パン粉(小麦)、でん粉、さとう、サラダ油 こめ油、さとう	ごぼう、たまねぎ、にんじん にんじん、にんじん、こんにゃく だいこん、長ねぎ	
14	水	スパゲティ・ジェノベーゼ 雑穀と豆サラダ 漬物フロースマンゴー	とり肉、ベーコン(乳) かまぼこ、えんどう豆、ひよこ豆 レンズ豆、黒大豆、あずき	スパゲティ(小麦)、オリーブ油 押し麦、もち麦、玄米、赤米、たかきび ドレッシング	たまねぎ、キャベツ、にんじん、赤ピーマン、赤ピーマン、パプリカ にんにく、しょうが ブロッコリー、カリフラワー、キャベツ、黄ピーマン マンゴー	乳
15	木	ごはん さげの竜田あげ タマゴチャンプル とびうおのつみれ汁	さげ とうふ、ふた肉 とびうお、わかめ	こめ でん粉、小麦粉、サラダ油 こめ油	しょうが キャベツ、にんじん、にんじん、もやし とうがねん、にんじん、えのきだけ	
20	火	ごはん 大根の中巻煮 パンサンスー	ふた肉、あつあげ、みそ ハム(乳・卵)、鶏糸、たまご(卵)	こめ さとう、こめ油、ごま油、でん粉 醤油、ごま、さとう、ごま油	にんじん、たまねぎ、だいこん、ほうれん草 きゅうり、もやし	
21	水	はかよしパン チキンのマーレード焼き かぼちゃのポタージュ キャベツと枝豆サラダ	脱脂粉乳(乳) とり肉 脱脂粉乳(乳) ツナ	小麦粉、さとう、ショートニング マーレード じゃがいも、小麦粉、マーガリン(乳) 生クリーム(乳) ドレッシング	かぼちゃ、たまねぎ キャベツ、にんじん、きゅうり、えだまめ	
22	木	むぎごはん 肉じゃが 白和え	ふた肉 とうふ、ツナ、みそ	こめ、麦 こめ油、じゃがいも、さとう ごま、さとう	にんじん、たまねぎ、いんげん、しらたき ほうれん草、にんじん	
23	金	チキンピラフ ほろのハーブ焼き アーモンドサラダ ミルメーク	とり肉 ホキ	こめ、バター(乳)、こめ油 さとう、ココア	にんじん、たまねぎ、マッシュルーム、グリーンピース ウーシパウダー パプリカ、パセリ、パプリカ、にんにく ごま、たまねぎ、キャベツ、えだまめ	
26	月	ごはん しょうが焼き 切り干し大根炒め 焼きのりみそ汁	ふた肉 ごはん、ふた肉、ちきり、さけ、うすあげ とうふ、みそ	こめ さとう こめ油、さとう じゃがいも	しょうが だいこん、こんにゃく、にんじん ごぼう、だいこん、にんじん、長ねぎ	
27	火	ひじきごはん いわしのおかか煮 はくさいの胡麻和え	ふた肉、ちきり、さけ、ひじき、うすあげ いわし、かつおぶし ちくわ	こめ、ごめ油 さとう、でん粉 さとう、ごま	にんじん、えだまめ、しいたけ、ウーシパウダー はくさい、もやし	
28	水	ベーコンチーノ 鶏のパン粉焼き ほめまめサラダ	ベーコン(乳)、ふた肉、ウィンナー(乳・小麦) とり肉 ひよこ豆、えんどう豆、いんげん豆、ツナ	スパゲティ(小麦)、オリーブ油、バター オリーブ油、パン粉(小麦) ドレッシング	たまねぎ、にんじん、とうがねん、キャベツ、にんにく パセリ、にんにく カリフラワー、キャベツ、黄ピーマン、小松菜	
29	木	むぎごはん 高野豆腐の卵とじ ほうれん草とじゃこの和え物	とうふ、とり肉、たまご、白かまぼこ チリメン	こめ、麦 こめ油、さとう さとう、ごま油	たまねぎ、にんじん、ごぼう、しいたけ、いんげん ほうれん草、キャベツ、にんじん、コーン	
30	金	コッパパン ピーンズシチュー 野菜サラダ パンブキン/VP/AP	脱脂粉乳(乳) とり肉、金時豆、脱脂粉乳(乳) とりさきみ 豆乳、大豆粉	小麦粉、さとう、ショートニング じゃがいも、こめ油、マーガリン(乳)、小麦粉 ドレッシング 水あめ、さとう、油	にんにく、にんじん、たまねぎ、グリーンピース キャベツ、カリフラワー、きゅうり、コーン かぼちゃ	小麦