

令和4年 7月・8月 詳細献立表(アレルギー) 那覇市立那覇小学校 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。

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
--------------	---------------------	------------------------	--------------------

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)、えび、かに、そば	いか、たこ、貝類(あさり、かき、はたて等)、まぐろ、ハナナ、キウイ、牛、豚

※ 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。
 ※ 配合表をもとに表記しているため、表示義務7品目以外の食品については表記され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。
 ※ 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。

7月	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 金	麦ごはん うめアングルスー 冬瓜のにつけ べにいもだんご	ぶた肉,大豆,みそ ぶた肉,あつあげ,こんぶ	米,麦 ごま,さとう,油 さとう ごま,さとう,べにいも,でん粉,もち粉, 油	うめ,りんご こんにやく,とうがん,にんじん,いんげん	
4 月	ウッチンライス ほきのバジル焼き ごぼうサラダ	とり肉 ほき チーズ(乳)	米,乳なしマーガリン,油 さとう,ごま,卵なしマヨネーズ	にんじん,たまねぎ,マッシュルーム,パセリ,にんにく バジル ごぼう,赤ピーマン,グリーンアスパラ	小麦
5 火	麦ごはん もずく丼 みそけんちん汁 雪塩ちんすこう	もずく,ぶた肉,ぶたレバー,大豆 とり肉,とうふ,みそ	米,麦 さとう,でん粉,油 さといも 小麦粉,さとう,ラード(豚),油	にんじん,たまねぎ,オクラ,コーン,しょうが,にんにく ごぼう,だいこん,にんじん,青ねぎ,こんにやく	
6 水	ナン キーマカレー キャベツとアーモンドのサラダ メロン	ぶた肉,ぶたレバー,大豆 ツナ(まぐろ)	小麦粉,油,オリーブ油,さとう,麦芽 じゃがいも,小麦粉,乳なしマーガリン アーモンド,ドレッシング	しょうが,にんにく,たまねぎ,にんじん,ピーマン キャベツ,赤ピーマン,コーン メロン	豚エキス
7 木	麦ごはん 星のハンバーグ チンゲンサイのごま和え 魚そうめん汁 たなばたゼリー	とり肉,ぶた肉 糸かまぼこ,きんし卵(卵)	米,麦 ラード(豚),さとう,油,じゃがいも,でん粉 ごま,さとう さとう,水あめ	たまねぎ,にんにく,しょうが チンゲンサイ,キャベツ,きゅうり にんじん,ねぎ,しいたけ パイナップル	
8 金	麦ごはん なっとう からし菜のさきみとえ とりと大根のみそ煮	なっとう とり肉 とり肉,あつあげ,みそ	米,麦 卵なしマヨネーズ,ドレッシング(小麦) 油,さとう	からし菜,もやし,コーン にんにく,だいこん,にんじん,たまねぎ,えだ豆	たれ(小麦)
11 月	麦ごはん コーンしゅうまい マーボーとうふ オレンジ	すりみ,とうふ ぶた肉,ぶたレバー,大豆,とうふ,みそ	米,麦 ラード(豚),でん粉,パン粉(小麦),小麦粉,さとう,水あめ 油,ごま油,さとう,でん粉	コーン,たまねぎ にんにく,しょうが,にんじん,たまねぎ,長ねぎ,木くらげ オレンジ	卵 小麦,豚エキス
13 水	和風スパゲティ ししゃもフライ ブロッコリーと豆のサラダ ミルク(ココア)	ぶた肉,ベーコン ししゃも,大豆 ひよこ豆,えんどう豆,いんげん豆,糸かまぼこ	スパゲティ(小麦),オリーブ油,ドレッシング(小麦),さとう パン粉(小麦),小麦粉,コーンフラワー,でん粉(小麦),油 ドレッシング さとう,ココア	にんじん,たまねぎ,えのきたけ,しめじ,マッシュルーム, アスパラガス,にんにく,しそ ブロッコリー,カリフラワー,キャベツ,黄ピーマン	
14 木	きびごはん てりやきチキン ゴーヤーチャンプルー 冬瓜とアーサ汁	とり肉 とうふ,ポークランチョンミート,卵 アーサ,とうふ	米,もちきび さとう 油	にんにく ゴーヤー,たまねぎ,にんじん,もやし とうがん,しょうが	
15 金	バーガーパン まぐろフライ コールスロー ミネストローネ	脱脂粉乳(乳) まぐろ ウインナー,とり肉,いんげん豆	小麦粉,さとう,油 パン粉(小麦),でん粉,油 卵なしマヨネーズ,さとう じゃがいも,マカロニ(小麦),オリーブ油	キャベツ,きゅうり,にんじん,コーン にんじん,たまねぎ,セロリー,にんにく,トマト	豚エキス
19 火	クラブジュシー 赤魚のごまみそ焼き モーウィのゆかり和え りんご	ぶた肉,白かまぼこ,うすあげ,こんぶ 赤魚,みそ	米,油 ごま さとう,ドレッシング(小麦)	しいたけ,にんじん,えだ豆 モーウィ(しろり),きゅうり,にんじん,しそ りんご	豚エキス
20 水	五穀ごはん 夏野菜カレー パンパイアのごまサラダ パインクレープ	ぶた肉,ぶたレバー 豆乳	米,麦,もちきび,黒米,赤米 じゃがいも,油,米粉,乳なしマーガリン,でん粉 ごま,ドレッシング(小麦) 油,水あめ,さとう,でん粉,米粉	たまねぎ,にんじん,なす,かぼちゃ,コーン,にんにく,トマト パンパイア,きゅうり,赤ピーマン パイナップル	豚エキス

🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻 7月21日(木)~8月25日(木) 夏休み 🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻🌻

8月	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
26 金	麦ごはん 米粉チキンストロガノフ サウザンサラダ シークワサーソルベ	とり肉,豆乳,いんげん豆	米,麦 じゃがいも,油,米粉,乳なしマーガリン ドレッシング さとう,水あめ	たまねぎ,にんじん,マッシュルーム,トマト,にんにく キャベツ,きゅうり,にんじん,ブロッコリー シークワサー	
29 月	きびごはん ビッグ肉だんご あざりと野菜のスープ じゃこ入り大学いも	とり肉,ぶた肉 あざり,ぶた肉 チリメン	米,もちきび パン粉(小麦),でん粉,ラード(豚), 油,さとう 油 さつまいも,油,さとう,はちみつ,ごま	たまねぎ,しょうが はくさい,にんじん,たまねぎ,ごまつな	豚エキス
30 火	かやくごはん とり肉のうめ焼き きりぼし大根サラダ オレンジ	とり肉,うすあげ とり肉 こんぶ,糸かまぼこ	米,油 さとう ごま,さとう	にんじん,しめじ,しいたけ,こんにやく,えだ豆 うめ,りんご きりぼし大根,にんじん,きゅうり オレンジ	
31 水	麦ごはん グルクンのシークワサーソース 白菜とちくわのごま和え へちまのみそ煮	グルクン ちくわ ぶた肉,あつあげ,みそ	米,麦 米粉,油,さとう さとう,ごま 油,さとう	シークワサー はくさい,きゅうり,にんじん へちま,たまねぎ,にんじん,にら	