

令和6年5月

詳細献立表(アレルギー)

那覇市立那覇小学校

学校給食の
基準量E=エネルギー
650 KcalP=タンパク質
21.1~32.5 g

※「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。

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)、えび、そば、かに、くるみ		いか、たこ、貝類、まぐろ、ぶり、サーモン、カシュナッツ、キウイ、バナナ
※ 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サリ、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。		

日	曜日	こ ん だ て	(あか) おもに体をつくる ものになる食品	(きいろ) おもにエネルギーの ものになる食品	(みどり) おもに体の調子を 整えるものになる食品	調味料由来
1	水	 おにぎり ウインナー/和風たまごやき ポテトフライ/魚フライ やさしいため	のり、鮭、かつおぶし ウインナー(卵) 京風たまご(小麦・乳・卵) ホキフライ(小麦)	米、さとう、ごま かわつきポテト、油 油	広島菜、京菜、大根菜 キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン たけのこ、にんじん、しいたけ、えだ豆	
2	木	 わかたけごはん ほきのゆであん焼き たくあんあえ かしわもち	とり肉、油あげ ほき、みそ あずき	米、油 卵なしマヨネーズ ごま、さとう さとう、上新粉	ゆず きゅうり、にんじん、キャベツ、だいこん漬	
7	火	 麦ごはん とり肉のさらさ揚げ ハバイヤのごまサラダ とうふのみそ汁	とり肉 とうふ、わかめ、みそ	米、麦 でん粉、小麦粉、油 ごま、ドレッシング(小麦)	しょうが ハバイヤ、チンゲンサイ、赤ピーマン 山東菜	
8	水	 麦ごはん いわしのうめ煮 ゴーヤーチップス とん汁	いわし ぶた肉、あつあげ、みそ	米、麦 さとう、でん粉 小麦粉、でん粉、油 ごま、油	うめしそ ゴーヤー だいこん、にんじん、たまねぎ、ごぼう	
9	木	 きびごはん チンジャオロース 焼きぎょうざ 卵いりコーンスープ アレルギー対応食 卵除去 コーンスープ	ぶた肉 ぶた肉、とり肉、大豆粉 とり肉、卵、とうふ とり肉、とうふ	米、もちきび 油、さとう、でん粉 ラード、でん粉、小麦粉、油、さとう でん粉 でん粉	ピーマン、赤ピーマン、たけのこ、にんにく、しょうが きゅうり、たまねぎ、にら、しょうが コーン、長ねぎ コーン、長ねぎ	オイスターソース
10	金	 こくとうパン とり肉のマスタード焼き とうがんの和風ポトフ コーンときゃべつのサラダ	脱脂粉乳(乳) とり肉、みそ ぶた肉、ミニウインナー	小麦粉、こくとう、ショートニング 卵なしマヨネーズ じゃがいも ドレッシング	どうがん、たまねぎ、にんじん、しめじ、ブロッコリー、カリフラワー キャベツ、たまねぎ、きゅうり、コーン	
13	月	 麦ごはん ポークカレー ブロッコリーサラダ ヨーグルト	ぶた肉、ぶたレバー	米、麦 じゃがいも、油、小麦粉、乳なしマーガリン ドレッシング(小麦) さとう	たまねぎ、にんじん、ピーマン、エリンギ、にんにく、トマト ブロッコリー、こまつな、きゅうり、赤ピーマン、黄ピーマン	小麦・乳
14	火	 麦ごはん 肉だんごのにももの のりおポテト からしなのごま和え	肉だんご(小麦) あおさ	米、麦 油、さとう じゃがいも、油 ごま、さとう	だいこん、にんじん、たまねぎ、にんにく、いんげん からし菜、はくさい、コーン	
15	水	 麦ごはん とり肉の梅焼き 小松菜のおかか和え じゃがいものみそ汁	とり肉 糸けずり 油あげ、みそ	米、麦 さとう ごま、ごま油 じゃがいも	ねり梅 こまつな、はくさい、にんじん 山東菜、えのきたけ	
16	木	 クワアジュシー さばのごま焼き こまつなのあえもの	ぶた肉、白かまぼこ、こんぶ さば、みそ 油揚げ	米、油 ごま さとう	しいたけ、にんじん、青ねぎ こまつな、はくさい、きゅうり	
17	金	 なすミートソーススパゲティ めん なすミートソーススパゲティ ソース アスパラサラダ シークワーサータルト	ぶた肉、ぶたレバー、大豆 とり肉 豆乳、大豆	スパゲティ(小麦)、オリーブ油 オリーブ油、さとう ドレッシング(小麦) さとう、米粉、油、水飴、ショートニング、でん粉	なす、にんじん、たまねぎ、セロリ、にんにく、トマト アスパラガス、赤ピーマン、コーン、きゅうり シークワーサー	小麦
20	月	 きびごはん ちくさやき 食物アレルギー対応食 くるま麩ととり肉のナゲット かしわじる きゅうりゴマネーズあえ	チーズ(乳)、卵、とり肉 とり肉、ふ(小麦) とり肉、こんぶ ちくわ	米、もちきび さとう、でん粉、油 油 卵なしマヨネーズ、さとう、ごま	たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、しいたけ にんにく だいこん、にんじん、こまつな、ごぼう、しょうが きゅうり、キャベツ、チンゲンサイ	
21	火	 麦ごはん チキンストロガノフ イタリアンサラダ フルーツボンチ	とり肉、ぶたレバー とり肉	米、麦 油、小麦粉、乳なしマーガリン、生クリーム(乳) ドレッシング 白玉だんご、ゼリー	たまねぎ、にんじん、しめじ、マッシュルーム、トマト、にんにく キャベツ、赤ピーマン、たまねぎ、ブロッコリー、カリフラワー パイナップル、みかん、黄桃、ナタデココ	小麦
22	水	 きびごはん フーイリチー 食物アレルギー対応食 卵除去 フーイリチー さつまいもの天ぷら アサリと冬瓜のみそ汁	ぶた肉、くるま麩(小麦)、卵 ぶた肉、くるま麩(小麦) アサリと冬瓜のみそ汁	米、もちきび 油 油 さつまいも、小麦粉、油	にんじん、キャベツ、からし菜、にんにく にんじん、キャベツ、からし菜、にんにく どうがん、えのきたけ	
23	木	 シナモントースト 白菜の豆乳クリーム煮 チキンサラダ	とり肉、豆乳、いんげん豆 とり肉	パン(小麦・乳)、マーガリン(乳)、さとう じゃがいも、乳なしマーガリン、小麦粉 さとう、ごま、油	シナモン はくさい、にんじん、たまねぎ、アスパラガス キャベツ、赤ピーマン、コーン、シークワーサー	
24	金	 麦ごはん ほきの梅マヨ焼き ツルツルいため 豆乳みそ汁	ほき、みそ ベーコン(乳) 油あげ、豆乳、みそ	米、麦 卵なしマヨネーズ 油、さとう、ごま油、ごま	うめ にんにく、にんじん、こまつな、だいこん、コーン、にんにく たまねぎ、はくさい	
27	月	 麦ごはん ビビンバ 食物アレルギー対応食 除去食 きんし卵除去 ビビンバ 春雨スープ	牛肉、みそ、きんし卵(卵・小麦) 牛肉、みそ とり肉	米、麦 ごま油、さとう、ドレッシング(小麦)、ごま ごま油、さとう、ドレッシング(小麦)、ごま 春雨、でん粉	ごぼう、にんじん、にんにく、もやし、こまつな ごぼう、にんじん、にんにく、もやし、こまつな しいたけ、山東菜、たけのこ	
28	火	 にこみうどん チヂミ アレルギー対応食 国産鶏と豚のハンバーグ わかめと大根のサラダ	ぶた肉、油あげ 卵 とり肉、ぶた肉 わかめ、とり肉、寒天	うどん(小麦) 小麦粉、でん粉、油、米粉、粉飴、でん粉 パン粉(小麦)、でん粉 ごま、ドレッシング	だいたい、こ、たまねぎ、こまつな にら、玉ねぎ、にんじん 玉ねぎ だいこん、きゅうり、レモン	ケチャップ
29	水	 きびごはん ぶたにくしょうが焼き 青菜のチーズ和え キャベツのみそ汁	ぶた肉 とり肉、チーズ(乳) 油あげ、みそ	米、もちきび さとう さとう、卵なしマヨネーズ	しょうが ほうれんそう、はくさい、きゅうり、にんじん キャベツ、にんじん、しめじ	
30	木	麦ごはん ジャージャンどうふ パンサンスー アレルギー対応食 除去食 きんし卵除去 パンサンスー マスカットゼリー	あつあげ、ぶた肉、みそ とり肉、きんし卵(卵・小麦) とり肉 さとう、水飴	米、麦 さとう、油、ごま油 春雨、さとう、ごま、ごま油 春雨、さとう、ごま、ごま油 さとう、水飴	にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ、はくさい、たけのこ、末くらげ、にんにく きゅうり、だいこん きゅうり、だいこん ぶどう	
31	金	ピラフ タンダーチキン グリーンサラダ	とり肉 とり肉、ヨーグルト(乳) とり肉	米、油 ドレッシング	たまねぎ、にんじん、えだ豆、コーン、マッシュルーム、にんにく、パセリ にんにく キャベツ、きゅうり、ブロッコリー	