

令和7年12月

詳細献立表(アレルギー)

那覇市立那覇小学校

※「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
たまご、乳、小麦、落花生(ピーナッツ)、エビ、ソバ、カニ、くるみ		貝類、いか、たこ、サーモン、ぶり、まぐろ、カシューナッツ、ヘカナッツ、ピスタチオ、キウイフルーツ、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。		

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	 麦ごはん さんまみぞれに ごもくきんぴら はくさいのみそしる	さんま ぶた肉、チキアギ とり肉、みそ	米、麦 さとう、でん粉 じゃがいも、さとう、ごま油、ごま ごま	だいこん ごぼう、にんじん、いんげん、こんにゃく はくさい、にんじん、ねぎ、しめじ	
2	火	 麦ごはん おでん アレルギー対応食 うずらの卵除去おでん こまつなごまあえ 手づくりふりかけ	とり肉、ミニウインナー、絹厚あげ、ちくわ、うずらのたまご、がんも とり肉、ミニウインナー、絹厚あげ、ちくわ、がんも チリメン、あおさ、糸けずり	米、麦 じゃがいも じゃがいも ごま、さとう ごま、さとう	だいこん、にんじん、こんにゃく だいこん、にんじん、こんにゃく こまつな、キャベツ、きゅうり、にんじん	
3	水	 五目うどん きつねもち スイートポテト みかん	とり肉、油あげ 油揚げ	うどん(小麦) でん粉、もち米粉、うるち米粉、さとう さつまいも、さとう、マーガリン(乳)、生クリーム(乳)	だいこん、にんじん、たまねぎ、こまつな みかん	小麦
4	木	 麦ごはん ぶたキムチどん れんこんチップス こまつなのみそ汁	ぶた肉 とうふ、みそ	米、麦 ごま、さとう、ごま油 小麦粉、でん粉、油 ごま	たまねぎ、キャベツ、こんにゃく、キムチ、にら れんこん こまつな、たまねぎ、えのきたけ	小麦
5	金	 ガーリックトースト きゃべつ豆乳クリーム煮 ブロックリーサラダ オレンジ	とり肉、ひよこ豆、えんどう豆、いんげん豆、豆乳 とり肉	食パン(小麦、乳)、バター(乳) じゃがいも、乳なしマーガリン、小麦粉 ドレッシング(小麦)	にんにく、パセリ キャベツ、にんじん、たまねぎ ブロックリー、キャベツ、きゅうり、コーン オレンジ	
8	月	 きびごはん ちくわのオープン焼き タマナーチャンプルー 豆乳みそ汁	ちくわ、糸けずり あつあげ、ぶた肉 とり肉、豆乳、みそ	米、もちきび 卵なしマヨネーズ 油	パセリ キャベツ、もやし、にんじん、にら、たまねぎ はくさい、だいこん、しめじ	
9	火	 麦ごはん ガバオライス(具) (アレルギー対応食)目玉焼き風オムレツ除去ガバオライス きのこスープ りんご	ぶた肉、大豆、目玉焼き風オムレツ(たまご・乳) ぶた肉、大豆 とり肉	米、麦 さとう、ごま油 さとう、ごま油	たまねぎ、ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマン、しめじ、パジル、にんにく たまねぎ、ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマン、しめじ、パジル、にんにく にんじん、たまねぎ、こまつな、しめじ、えのきたけ りんご	
10	水	 たかなチャーハン ぎょうざあまずあんかけ 春雨サラダ	ぶた肉 ぶた肉 わかめ、かまぼこ	米、ごま、油、ごま油 ラード、でん粉、さとう、小麦粉、でん粉 春雨、さとう、ごま油	たかな漬け、にんじん、たまねぎ、コーン、えだ豆 きゃべつ、たまねぎ、にら、しょうが きゅうり、キャベツ、黄ピーマン、シークアーサー	
11	木	 麦ごはん ぶた肉のシークアーサーみそ焼き マーミナータシャヤ アーサリゆじどうふ	ぶた肉、みそ ぶた肉、チキアギ ゆじどうふ、アーサ	米、麦 さとう 油	シークアーサー もやし、にんじん、キャベツ、からし菜 しょうが	
12	金	 やきそば じゃがいものナムル きなこもち	ぶた肉、ちくわ とり肉 きな粉	ちゅうかめん(小麦)、油、ごま油 じゃがいも、ごまドレッシング しらたまだんご、さとう、黒糖	にんじん、キャベツ、たまねぎ、からし菜、もやし にんじん、きゅうり	
15	月	 ジョア 麦ごはん チキンカレー きゅうりあっさりづけ	脱脂粉乳(乳) とり肉、ぶたレバー とり肉、塩昆布	さとう 米、麦 じゃがいも、油、小麦粉、乳なしマーガリン、さとう ごま、さとう	さとう たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、トマト きゅうり、きゃべつ	小麦、乳
16	火	 麦ごはん はるまき マーボーはるさめ 卵いりコーンスープ (アレルギー対応食)たまご除去 コーンスープ	ぶた肉 ぶた肉、ぶたレバー、みそ とり肉、かまぼこ、たまご、とうふ とり肉、かまぼこ、とうふ	米、麦 油、ラード、小麦粉、春雨、でん粉、さとう、米粉粉、あめ 油、緑豆はるさめ、さとう、ごま油、でん粉 でん粉 でん粉	にんじん、たまねぎ、きゃべつ、しょうが、しいたけ にんにく、しょうが、たけのこ、にんじん、たまねぎ、長ねぎ、にら、しいたけ コーン、長ねぎ、木くらげ コーン、長ねぎ、木くらげ	小麦
17	水	 コッペパン チキントマト煮 パパイアのごまサラダ フルーツポンチ	脱脂粉乳(乳) とり肉、ひよこ豆、いんげん豆	油、さとう、小麦粉 油、小麦粉、乳なしマーガリン、さとう ごまドレッシング しらたまだんご、ゼリー	にんにく、たまねぎ、黄ピーマン、にんじん、セロリ、ズッキーニ、しめじ、トマト パパイア、きゅうり、赤ピーマン みかん、黄もも、洋なし、ぶどう、パインアップル、さくらんぼ、レモン	
18	木	 麦ごはん さばのごま焼き にんじんシリシリー (アレルギー対応食)たまご除去にんじんシリシリー イナムドゥチ	さば 油あげ、ベーコン(乳)、たまご 油あげ、ベーコン(乳) ぶた肉、黄かまぼこ、みそ	米、麦 ごま、さとう 油 油 ごま	にんじん、いんげん、にんにく にんじん、いんげん、にんにく こんにゃく、しいたけ	
19	金	 トウジンジャーシュー あげだしとうふ、そぼろあんかけ さっぱり和え みかん	ぶた肉、白かまぼこ、ひじき とうふ、とり肉、だいず粉 かまぼこ	米、芋、油 油、さとう、でん粉、こめ粉、コーンフラワー、コーンスターチ ドレッシング	にんじん、しいたけ、ねぎ にんじん、たまねぎ、しょうが、いんげん はくさい、キャベツ、きゅうり、ゆず みかん	
23	火	 麦ごはん ずきやき わかめの酢の物 おいものだいふく	牛肉、豚肉、とうふ わかめ、かまぼこ	米、麦 さとう さとう さつまいも、もち粉、さとう、油、水、あめ	こんにゃく、にんじん、はくさい、長ねぎ、たまねぎ、ほうれんそう きゅうり、だいこん、シークアーサー	
24	水	 フォカッチャ ガーリックチキン キャベツとアーモンドのサラダ つぶつぶコーンスープ オレンジ	とり肉 ベーコン(乳) ぶた肉、豆乳	小麦粉、油、さとう アーモンドドレッシング 小麦粉、乳なしマーガリン	にんにく、パセリ ブロックリー、キャベツ、きゅうり、にんじん コーン、たまねぎ オレンジ	
25	木	 チキンライス さかなパン粉やき アスパラサラダ サンタさんのいちごケーキ (アレルギー対応食)代替給食お米deクリスマス美味しいごケーキ	とり肉 かじき とり肉 たまご、乳 豆乳、大豆粉	米、油、乳なしマーガリン 卵なしマヨネーズ、パン粉(小麦) ドレッシング(小麦) さとう、小麦粉、水、あめ、油 さとう、米粉、水、あめ、油、でん粉	にんじん、たまねぎ、ピーマン、パセリ パジル、パセリ、にんにく アスパラガス、たまねぎ、にんじん、コーン、きゅうり いちご いちご	