2016
5月

献立表（アレルギー）

那覇市小禄学校給食センター

日	曜日	こんだて	主な材料と体内での働き (あか) 血や肉 骨をつくる	(きいろ) 働く力や体温となる	(みどり) 体の調子をととのえる	調味料
2	月	コーンピラフ	とり肉	こめ、ﾏｰｶﾞﾘﾝ(乳ぬき)、ｻﾗﾀﾞ油	たまねぎ、にんじん、ピーマン、コーン ﾏｯｼｭﾙｰﾑ	
		かぼちゃ挽肉フライ	ぶた肉、だいず	ラード、パン粉、でんぷん、ｻﾗﾀﾞ油 こむぎこ、水あめ	かぼちゃ、たまねぎ	
		フルーツナタデココ	とうにゅう	水あめ、さとう	ナタデココ、みかん、パイン、もも かんてん、シークヮーサー	りんご
6	金	麦ごはん ビーフカレー	ぎゅう肉、豚レバー、白いんげん	こめ、むぎ じゃがいも、ﾏｰｶﾞﾘﾝ(乳ぬき)、こむぎこ 水あめ、ｻﾗﾀﾞ油	たまねぎ、にんじん、ピーマン	鶏肉、りんご、大豆
		たくあんのごま和え かしわもち	あずき	ごま、ごま油 上新粉、さとう、水あめ	だいこん、もやし、きゅうり	
9	月	あわごはん はるさめスープ	ぶた肉、きぬごしどうふ、花かつお	こめ、あわ はるさめ	チンゲンサイ、にんじん	鶏肉
		あじコマフライ	アジ	パン粉、こむぎこ、でんぷん、ごま ごま油、ｻﾗﾀﾞ油		大豆
		ゴーヤーの和え物	ささみ、わかめ	さとう	ゴーヤー、もやし、赤ピーマン シークヮーサー	
10	火	ぺにいもパン チキンのトマト煮	だっしふんにゅう とり肉、いんげん豆	こむぎこ、さとう、ｼｮｰﾄﾆﾝｸﾞ、ぺにいも じゃがいも、ﾏｰｶﾞﾘﾝ(乳ぬき)、こむぎこ	たまねぎ、にんじん、セロリ、エリンギ	大豆 鶏肉、牛肉、豚肉
		ブロッコリーサラダ りんご	ツナ（まぐろ）	ｻﾗﾀﾞ油、さとう ｻﾗﾀﾞ油	パセリ、トマト ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ、きゅうり リンゴ	大豆 ごま、大豆、小麦
11	水	麦ごはん 豚汁	ぶた肉、あぶらあげ、みそ 花かつお	こめ、むぎ 里芋	ごぼう、にんじん、ながねぎ、えのき	大豆
		洋風おから ミートボール	とり肉、おから、チーズ、牛乳 とり肉	さとう、ｻﾗﾀﾞ油 パン粉、ラード、ｻﾗﾀﾞ油、ごま油 さとう、でんぷん	にんじん、たまねぎ、ねぎ たまねぎ、にんじん	豚肉、ごま、大豆
12	木	あわごはん ワンタンスープ	とり肉、ぶた肉	こめ、あわ こむぎこ、でんぷん、さとう、ごま油	にんじん、ながねぎ、ほうれん草 たまねぎ、しょうが、ねぎ	鶏肉、大豆、ごま
		豚肉のみそいため	ぶた肉、みそ	ｻﾗﾀﾞ油、さとう、でんぷん	キャベツ、たまねぎ、ピーマン、赤ピーマン たけのこ	大豆
		オレンジ			オレンジ	
13	金	黒米ごはん なかみ汁	なかみ、ぶた肉、花かつお	こめ、黒米	こんにゃく、しいたけ	豚肉
		パパイヤイリチー まめにょうこん	ぶた肉、かまぼこ、ツナ（まぐろ） だいず、こんぶ	ｻﾗﾀﾞ油 さとう	パパイヤ、にんじん、にら	
16	月	スパゲティナポリタン	ウインナー(乳ぬき) ベーコン(乳ぬき)	スパゲティ（小麦）、オリーブ油 さとう	たまねぎ、にんじん、ピーマン、トマト	
		くるまふのナゲット コーンサラダ	とり肉、ふ	ｻﾗﾀﾞ油 ｻﾗﾀﾞ油、さとう	にんにく キャベツ、きゅうり、コーン	大豆
17	火	ワカメごはん 麩つけ	わかめ ぶた肉、こんぶ、かまぼこ あつあげ、花かつお	こめ さとう、ｻﾗﾀﾞ油	だいこん、にんじん、こんにゃく、いんげん	
		小魚のあめがらめ	イワシ	アーモンド、ごま、こくとう さとう、はちみつ		
		カットパイン			パイン	
18	水	バーガーパン コンソメスープ	だっしふんにゅう とり肉、いんげん豆	こむぎこ、さとう、ｼｮｰﾄﾆﾝｸﾞ マカロニ（小麦）	にんじん、たまねぎ、セロリ、コーン パセリ	大豆 鶏肉、牛肉、大豆
		ハンバーグ コールスロー	ぶた肉、とり肉	パン粉、でんぷん、さとう さとう	たまねぎ キャベツ、きゅうり、みかん	大豆 大豆、りんご
		スライスチーズ	チーズ(乳)			
19	木	あわごはん 肉じゃが	ぶた肉、花かつお	こめ、あわ じゃがいも、ｻﾗﾀﾞ油、さとう	たまねぎ、にんじん、こんにゃく、えだ豆	
		大根の甘酢和え 手作りふりかけ	かつおぶし テリメン、かつおぶし、あおのり	さとう ごま、さとう	だいこん、きゅうり	
20	金	麦ごはん 肉だんごスープ	ぎゅう肉、ぶた肉、とり肉 花かつお	こめ、むぎ パン粉、でんぷん	たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、えのき	鶏肉、大豆
		きんぴらごぼう 納豆	ぶた肉、あぶらあげ、花かつお なっとう	ごま、ｻﾗﾀﾞ油、ごま油、さとう	ごぼう、にんじん、ピーマン、こんにゃく	
		オレンジ			オレンジ	
23	月	ひじきごはん あげだしどうふ	とり肉、かまぼこ、ひじき 花かつお おきなわとうふ、花かつお	こめ、ｻﾗﾀﾞ油 ｻﾗﾀﾞ油、さとう、でんぷん	にんじん、ごぼう、しいたけ、ねぎ だいこん	鶏肉
		きゅうりの酢の物		さとう	もやし、きゅうり、にんじん シークヮーサー	
24	火	はいがなかよしパン マッシュルームスープ	だっしふんにゅう とり肉、とうにゅう	こむぎこ、さとう、ｼｮｰﾄﾆﾝｸﾞ、はいが ﾏｰｶﾞﾘﾝ(乳ぬき)、こむぎこ	たまねぎ、にんじん、ﾏｯｼｭﾙｰﾑ、コーン パセリ	大豆 鶏肉、牛肉、大豆
		アスパラソテー イチゴジャム	ウインナー(乳ぬき)	ｻﾗﾀﾞ油 さとう	アスパラ、にんじん、ピーマン、赤ピーマン いちご	鶏肉、牛肉、大豆
25	水	麦丼 はりはり漬け	ぶた肉、あぶらあげ、花かつお	こめ、むぎ、さとう、ｻﾗﾀﾞ油 ごま、さとう、ごま油	たまねぎ、にんじん、えだ豆、こんにゃく だいこん、にんじん、きゅうり	
		グレープフルーツ			グレープフルーツ	
26	木	肉野菜そば	花かつお、ぶた肉、かまぼこ	おきなわそば（小麦）、ｻﾗﾀﾞ油、さとう	キャベツ、もやし、にんじん、たまねぎ にら	豚肉
		シシャモ磯辺フリッター マスカットゼリー	ししゃも、あおのり	こむぎこ、でんぷん、ｻﾗﾀﾞ油 さとう、水あめ	ぶどう果汁	大豆
27	金	マーボー丼	ぶた肉、豚レバー、だいず、みそ きぬごしどうふ、おきなわとうふ	こめ、むぎ ｻﾗﾀﾞ油、さとう、でんぷん	たまねぎ、にんじん、にら、たけのこ ながねぎ、にんにく	豚肉、大豆
		ひとくち肉まん ごまつなの和え物	ぶた肉	こむぎこ、さとう、ラード、でんぷん さとう、ごま	たまねぎ こまつな、もやし、しめじ	大豆、鶏肉 りんご、大豆、鶏肉 豚肉
30	月	ソース焼きそば	ぶた肉、かまぼこ	中華めん（小麦）、ｻﾗﾀﾞ油	キャベツ、たまねぎ、にんじん、にら きくらげ	りんご、大豆
		もやしのナムル ちゅうかポテト	わかめ、ささみ	ごま、ごま油、さとう さつまいも、水あめ、はちみつ	もやし、きゅうり	大豆
31	火	あわごはん アーサのスープ	アーサ、花かつお	こめ、あわ	しいたけ、えのき、たけのこ、にんじん ながねぎ	
		タマナーチャンプルー さばゴマみそ煮	ぶた肉、とうふ サバ、みそ	ｻﾗﾀﾞ油 さとう、ごま、米粉	キャベツ、もやし、にんじん、ピーマン	大豆

※しょうゆ、酢は記載はしていませんが、微量の小麦が含まれています。
※給食を食べる前に、内容を必ず確認しましょう。家庭、学級でも必ず確認しましょう。
※給食センターで使用しているかまぼこは、卵、乳、エビ、カニは含んでいません。

アレルギー表示義務食品：卵,乳,小麦,ソバ,落花生,エビ,カニ