

献立表(アレルギー)

那覇市小禄学校給食センター

三

曜 日	こ ん だ て	主な材料と体内での働き		(みどり) 体の調子を ととのえる	調味料
		(あか) 肉 や 骨をつくる	働く力や 体温となる		
1 水	■■■■■	ハマジライス	ぎゅう肉、白花豆、	ニンニク(調味料)、こむぎ、 さとう、サラダ油	小麦、大豆、りんご
2 木	■■■■■	コボウサラダ ミートボールの旨酢あん	たまご(卵液)、とり肉、ひよこ豆 きゅう肉、ふた肉、とり肉、	クリンピーストマト 小麦粉、さとう、ショートニンク、紅芋 パン粉、せんぶん、カラ油、さとう	小麦、牛乳、大豆
3 金	■■■■■	冬瓜のそぼろ煮		さとう、あわ わが油、さとう、せんぶん	キベツ、んじん、チンゲンサイ にねぎ、んじん、ビーマン、黄ビーマン 小麦、牛乳、大豆
4 土	■■■■■	小雀のあめがらめ	ふた肉、豚レバー、あつあげ 花かつお	アーモンド、こま、こくとう きとう、ほちみつ	とうがん、にねぎ、んじん、しいたけ えだ豆
5 月	■■■■■	ブリーフレーブ	ふた肉(花かつお) ソーヤー豆	レタス、だいこん、にんびん シーカーサー	かつお
6 火	■■■■■	あわこぼん 豆乳	ふた肉、花かつお 花かつお	じゆかいも、カラ油、さとう アーモンド、こま、こくとう きとう、ほちみつ	グレーフルーツ
7 木	■■■■■	アーティチョークのスープ 味噌	アーチ、ひよこ豆、あぶらあげ とり肉、かまぼこ、花かつお	こめ、むぎ、黒米 レタス、だいこん、にんびん シーカーサー	味噌
8 水	■■■■■	春雨ちゃんの芋煮	あぶらあげ、花かつお ぶり肉、にんにく、かまぼこ	花かつお 花かつお	アーモンド、もやし、赤ビーマン シーカーサー
9 木	■■■■■	春うなぎ	とり肉、ふた肉、白花豆	こめ、むぎ カラ油、さとう	かつお
10 金	■■■■■	ミートソースパスタティ 春うなぎ	ふた肉、豚レバー、だいす フード	こめ、むぎ カラ油、さとう	にんじん、こま、さとう にんじん、きりん、こま、こんにゃく
11 土	■■■■■	春わさびスープ	ふた肉、ふた肉、花かつお 花かつお	スパゲティ(小麦)、オリーブ油、ラード さとう、こむぎ	小麦、牛乳
12 月	■■■■■	豚巻たまごスープ	ふた肉、みそ ふた肉、みそ	じやがいも、オーバル(卵液)、こむぎ カラ油、パン粉 さとう、こむぎ	小麦、牛乳、大豆
13 月	■■■■■	豚巻たまごスープ	ふた肉、豚レバー、だいす 花かつお、花かつお	スパゲティ(小麦)、オリーブ油、ラード トマト、パセリ	小麦、牛乳
14 火	■■■■■	オヒビシ	ふた肉、みそ ふた肉、みそ	水あめ、さとう カラ油、さとう、せんぶん	かんんで、シーカーサー
15 水	■■■■■	オヒビシ チキンのトマト煮	ふた肉、こむぎ 花かつお、花かつお	カラ油、さとう、せんぶん カラ油、さとう	かんんで、シーカーサー
16 木	■■■■■	チキンのトマト煮	ハム(醤油味)	豆乳 オレンジ	豆乳
17 金	■■■■■	春の味噌	ふた肉、こむぎ 花かつお、花かつお	豆乳 豆乳、きとう、こま、こま油 豆乳、きとう、こま、こま油	豆乳
18 土	■■■■■	春の味噌	ふた肉、こむぎ 花かつお、花かつお	豆乳 豆乳、豆乳、豆乳 豆乳、豆乳、豆乳	豆乳
19 月	■■■■■	春の味噌	ふた肉、こむぎ 花かつお、花かつお	豆乳 豆乳、豆乳、豆乳	豆乳
20 月	■■■■■	春の味噌	ふた肉、こむぎ 花かつお、花かつお	豆乳 豆乳、豆乳、豆乳	豆乳
21 火	■■■■■	春の味噌	ふた肉、こむぎ 花かつお、花かつお	豆乳 豆乳、豆乳、豆乳	豆乳
22 水	■■■■■	春の味噌	ふた肉、こむぎ 花かつお、花かつお	豆乳 豆乳、豆乳、豆乳	豆乳
23 木	■■■■■	春の味噌	ふた肉、こむぎ 花かつお、花かつお	豆乳 豆乳、豆乳、豆乳	豆乳
24 金	■■■■■	春の味噌	ふた肉、こむぎ 花かつお、花かつお	豆乳 豆乳、豆乳、豆乳	豆乳
25 土	■■■■■	春の味噌	ふた肉、こむぎ 花かつお、花かつお	豆乳 豆乳、豆乳、豆乳	豆乳
26 月	■■■■■	春の味噌	ふた肉、こむぎ 花かつお、花かつお	豆乳 豆乳、豆乳、豆乳	豆乳
27 月	■■■■■	春の味噌	ふた肉、こむぎ 花かつお、花かつお	豆乳 豆乳、豆乳、豆乳	豆乳
28 火	■■■■■	春の味噌	ふた肉、こむぎ 花かつお、花かつお	豆乳 豆乳、豆乳、豆乳	豆乳
29 水	■■■■■	春の味噌	ふた肉、こむぎ 花かつお、花かつお	豆乳 豆乳、豆乳、豆乳	豆乳
30 木	■■■■■	春の味噌	ふた肉、こむぎ 花かつお、花かつお	豆乳 豆乳、豆乳、豆乳	豆乳

※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