# 令和6年10月　詳細献立表（アレルギー）

※「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。

**那覇市立泊小学校(給食室直通)　917-3474**

| 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 | ペカンナッツ、ヘーゼルナッツ、キウイ、マンゴー、パイン、ドラゴンフルーツ、パパイヤ、魚、鮭、赤魚、いか、たこ、貝□ |

※ 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。
※ 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とになる食品 | （きいろ）おもにエネルギーのもとになる食品 | （みどり）おもに体の調子を整えるもとになる食品 | 調味料由来 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 火 | 牛乳 | ごはん | | 米 | | |
| | | | シカムドゥチ | ぶた肉,油揚げ,かまぼこ | | こんにゃく,しいたけ,だいこん | |
| | | | 切干大根と小松菜の和え物 | ツナ | ごま,さとう | 千切大根,きゅうり,にんじん,こまつな | |
| | | | 魚のカレー焼き | さば, みそ | 卵なしマヨネーズ | にんにく | |
| 2 | 水 | 牛乳 | きびごはん | | 米,もちきび | | |
| | | | 高野豆腐のたまごとじ | 高野豆腐,とり肉,卵,かまぼこ | さとう | たまねぎ,にんじん,ごぼう,しいたけ,いんげん | |
| | | | ごまじゃこあえ | しらす | ごま,さとう,ごま油 | きゅうり,だいこん,にんじん | |
| 3 | 木 | 牛乳 | 麦ごはん | | 米,麦 | | |
| | | | なめこ汁 | 豆腐,わかめ,みそ | | なめこ,えのき,長ねぎ | 赤だし(いわし粉末) |
| | | | 野菜の五目塩炒め | ぶた肉,かまぼこ | 油,ごま油,でん粉 | たまねぎ,にんじん,チンゲンサイ,たけのこ<br>しょうが, ヤングコーン | |
| | | | オレンジ | | | オレンジ | |
| 4 | 金 | 牛乳 | 2色あげパン（きなこ&ココア） | きな粉 | パン(小麦, 乳),油,黒糖,さとう, ココア | | |
| | | | ミネストローネ | とり肉 | じゃがいも,マカロニ（小麦）,油 | たまねぎ,にんじん,セロリー,トマト,にんにく | |
| | | | ハニーサラダ | | はちみつ,油 | キャベツ,きゅうり,ブロッコリー,コーン | |
| 7 | 月 | 牛乳 | ゆかりごはん | | 米,さとう | しそ | |
| | | | かきたま汁 | 卵,とり肉 | でん粉 | しいたけ,こまつな,えのき,にんじん | |
| | | | マーミナーチャンプルー | ぶた肉,かまぼこ,豆腐 | 油 | にんじん,もやし,キャベツ,からし菜 | |
| 8 | 火 | 牛乳 | ごはん | | 米 | | |
| | | | 大根と椎茸のコクうま煮 | とり肉,厚揚げ,かまぼこ,油揚げ | さとう,油 | だいこん,にんじん,しいたけ,たけのこ,えだまめ<br>こんにゃく,しょうが,にんにく | |
| | | | ほうれんそうのおひたし | ちくわ,削り節 | さとう | ほうれんそう,はくさい,にんじん | |
| | | | 納豆 | 納豆 | | | タレ（小麦） |
| 9 | 水 | 牛乳 | 五穀ごはん | | 米,もちきび, 麦, 黒米, 赤米 | | |
| | | | クーリジシ | ぶた肉,油揚げ,卵 | でん粉 | とうがん,しいたけ,ねぎ | |
| | | | クーブイリチー | ぶた肉,かまぼこ,昆布 | 油,さとう | 千切大根,こんにゃく,にんじん | |
| | | | 梨 | | | なし | |
| 10 | 木 | | ジョア | 脱脂粉乳(乳) | さとう | ブルーベリー, アロニア | |
| | | | きのこスパゲティ | ポーク,ベーコン,チーズ（乳） | スパゲティ(小麦),油,バター（乳） | しめじ,まいたけ,しいたけ,たまねぎ,こまつな<br>にんじん,にんにく, パセリ | |
| | | | ツナサラダ | ツナ | 卵なしマヨネーズ,さとう,ドレッシング | きゅうり,ピクルス,赤ピーマン,キャベツ | |
| | | | レンコンつくね | とり肉, 大豆 | 油, パン粉(小麦), でん粉, さとう | たまねぎ, れんこん, にんにく, しょうが, にんじん | ほたてエキス |
| 11 | 金 | 牛乳 | キムタクごはん | ぶた肉 | 米,ごま油,油,ごま | にんじん,きくらげ,えだまめ,たくあん<br>白菜キムチ（小麦、さば・かつおエキス） | |
| | | | もやしのナムル | | さとう,ごま油,ごま | もやし,こまつな,にんじん | |
| | | | 春巻 | とり肉 | 小麦粉, 油,はるさめ, さとう, でん粉 | たまねぎ, キャベツ, にんじん, もやし, たけのこ | |
| | | | アセロラゼリー | | さとう, でん粉 | アセロラ | |
| | | | あきやすみ | | | | |
| 21 | 月 | 牛乳 | 麦ごはん | | 米,麦 | | |
| | | | ポークハヤシ | ぶた肉,鶏レバー,豆乳 | じゃがいも,米粉,バター（乳）,油 | にんじん,たまねぎ,しめじ,にんにく | 小麦 |
| | | | キャベツとコーンのサラダ | | ドレッシング | キャベツ,にんじん,コーン | |
| 22 | 火 | 牛乳 | きびごはん | | 米,もちきび | | |
| | | | たまごスープ | 卵,豆腐 | でん粉 | こまつな,えのき | |
| | | | ホイコーロー | ぶた肉,厚揚げ,みそ | 油,ごま油,でん粉 | にんにく,しょうが,キャベツ,にんじん,ピーマン<br>黄ピーマン,しめじ,たけのこ | 小麦 |
| | | | ポークシュウマイ | ぶた肉 | パン粉(小麦), でん粉, 小麦粉<br>さとう | たまねぎ, しょうが | |
| 23 | 水 | 牛乳 | 麦ごはん | | 米,麦 | | |
| | | | さつま汁 | ぶた肉,油揚げ,みそ | さつまいも | たまねぎ,にんじん,しいたけ,ねぎ | |
| | | | おかかあえ | 削り節 | | こまつな,キャベツ,もやし | |
| | | | 魚のもみじ焼き | バンガシウス | 卵なしマヨネーズ | にんじん, パセリ | |
| 24 | 木 | 牛乳 | 野菜そば(麺) | | 小麦粉, 油 | | |
| | | | 野菜そば(汁) | | | しょうが | |
| | | | 野菜そば(具) | ぶた肉,かまぼこ | 油 | キャベツ,からし菜,もやし,にんじん,ねぎ | |
| | | | ひじきとれんこんの梅マヨサラダ | ちくわ,ひじき | ごま,さとう,卵なしマヨネーズ | きゅうり,にんじん,れんこん,うめ | |
| | | | プチたい焼 | 小豆 | 小麦粉, さとう, 油, 米粉,とうもろこし粉 | | |
| 25 | 金 | 牛乳 | 麦ごはん | | 米,麦 | | |
| | | | ビビンバ（肉） | 牛肉,ぶた肉,ぶたレバー | ごま油,さとう,でん粉 | たまねぎ,しょうが,にんにく | 小麦 |
| | | | ビビンバ（野菜） | | ドレッシング（小麦),ごま | こまつな,もやし,にんじん | |
| | | | はるさめスープ | 豆腐 | はるさめ,でん粉 | しいたけ,にんじん,ねぎ,はくさい | |
| | | | みかん | | | みかん | |
| 28 | 月 | 牛乳 | 麦ごはん | | 米,麦 | | |
| | | | マーボー大根 | 豆腐,ぶた肉,ぶたレバー,大豆,みそ | でん粉,油,ごま油 | だいこん,たけのこ,たまねぎ,にんじん,にら<br>しいたけ,にんにく | 小麦, オイスターエキス |
| | | | キャベツの中華サラダ | とり肉 | ごま,さとう,ごま油 | キャベツ,きゅうり,こまつな | |
| | | | 柿 | | | かき | |
| 29 | 火 | 牛乳 | うっちんライス | とり肉 | 米,バター（乳）,油 | にんじん,たまねぎ,長ねぎ,からし菜<br>マッシュルーム,グリンピース,ウコン | |
| | | | こまつなときのこの和え物 | とり肉 | ごま,さとう<br>ドレッシング（小麦, ほたてエキス） | こまつな,キャベツ,にんじん,しめじ,コーン | |
| | | | やわらかカツオカツ | かつお | 油, パン粉(小麦), さとう, 小麦粉<br>でん粉 | たまねぎ, しょうが | カツオエキス |
| 30 | 水 | 牛乳 | 麦ごはん | | 米,麦 | | |
| | | | 豆腐とわかめのみそ汁 | 豆腐,わかめ,みそ | | えのき,ねぎ | |
| | | | きんぴらごぼう | ぶた肉,かまぼこ | さとう,油,ごま,ごま油 | ごぼう,にんじん,こんにゃく,えだまめ | |
| | | | ふりかけ | のり | ごま, さとう | | |
| 31 | 木 | 牛乳 | 全粒粉パン | 脱脂粉乳(乳) | 小麦粉, さとう, 油, 全粒粉 | | |
| | | | パンプキンスープ | ベーコン,とり肉,いんげん豆,豆乳<br>白花豆 | じゃがいも,米粉,バター（乳） | かぼちゃ,たまねぎ,にんじん,えだまめ, パセリ | |
| | | | まめまめサラダ | ひよこ豆, 青えんどう豆<br>赤いんげん豆,とり肉 | ドレッシング | ブロッコリー,カリフラワー,キャベツ,にんじん | |
| | | | かぼちゃ型ハンバーグ | とり肉, ぶた肉 | 油, さとう, でん粉 | かぼちゃ,たまねぎ,トマト, にんにく, しょうが | |