

令和7年1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
たまご、乳、小麦、落花生(ピーナッツ)、エビ、ソバ、カニ、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、パパイア、魚、鮭、赤魚、いか、たこ、貝口

※ 醤油と酢に含まれる「小麦」は表示していませんが、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
7	火	牛乳 うちなー七草そうすい ヌンクグラー 中華ポテト 全粒粉パン マグロのトマト煮 ブロッコリーのサラダ オレンジ	とり肉 ぶた肉、油揚げ、かまぼこ	米、麦 さとう、油 さつまいも、油、さとう、黒糖	クレソン、だいこん葉、ほうれんそう、こまつな だいこん、チンゲンサイ、ももぎ、山東菜 にんじん、だいこん、からし菜、きくらげ	
8	水	牛乳 高菜チャーハン 韓国サラダ はるまき ごはん 五目きんぴらどん 切干大根と小松菜の和え物 ぜんざい	とり肉 ぶた肉、かまぼこ ツナ 金時豆	米、麦、ごま油、油 ごま、ドレッシング(小麦) 小麦粉、油、さとう、はるまき、でん粉	小麦粉、全粒粉、さとう、油 マカロニ(小麦)、さとう、油、でん粉 たまねぎ、にんじん、とうがんと、しめじ、トマト ほうれん草、えだまめ、黄ピーマン、にんにく にんじん、キャベツ、ブロッコリー、コーン オレンジ	
9	木	牛乳 むぎごはん マーボー豆腐 白菜のナムル あずきごはん さつま汁 だいこんのゆずあえ 厚焼きたまご ゆかりごはん とうがんと汁 ひじき炒め	ポーク、ぶた肉 とり肉 とり肉	米、麦、ごま油、油 ごま、ドレッシング(小麦) 小麦粉、油、さとう、はるまき、でん粉	たかな漬(小麦)、コーン、たまねぎ、赤ピーマン だいこん、きゅうり、にんじん たまねぎ、キャベツ、にんじん、もやし、たけのこ	
10	金	牛乳 むぎごはん マーボー豆腐 白菜のナムル あずきごはん さつま汁 だいこんのゆずあえ 厚焼きたまご ゆかりごはん とうがんと汁 ひじき炒め	ぶた肉、かまぼこ ツナ 金時豆	米 ごま、さとう、油、ごま油、でん粉	れんこん、ごぼう、たまねぎ、にんじん 赤ピーマン、黄ピーマン、こんにゃく、いんげん 千切大根、きゅうり、こまつな	
14	火	牛乳 むぎごはん マーボー豆腐 白菜のナムル あずきごはん さつま汁 だいこんのゆずあえ 厚焼きたまご ゆかりごはん とうがんと汁 ひじき炒め	ぶた肉、ぶたレバー、鶏レバー、豆腐 みそ とり肉	米、麦 油、ごま油、でん粉	にんじん、たまねぎ、にら、たけのこ、しいたけ にんにく はくさい、ほうれん草、キャベツ、にんじん、コーン	小麦、オイスターエキス
15	水	牛乳 むぎごはん マーボー豆腐 白菜のナムル あずきごはん さつま汁 だいこんのゆずあえ 厚焼きたまご ゆかりごはん とうがんと汁 ひじき炒め	さきあげ ぶた肉、油揚げ、みそ とり肉	米 さつまいも ドレッシング(魚醤)	たまねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ だいこん、にんじん、ほうれん草、ゆず にんじん、ねぎ	小麦、乳
16	木	牛乳 むぎごはん マーボー豆腐 白菜のナムル あずきごはん さつま汁 だいこんのゆずあえ 厚焼きたまご ゆかりごはん とうがんと汁 ひじき炒め	とり肉 ぶた肉、ぶたレバー、豆腐 みそ とり肉	米、さとう ごま、さとう、油、ごま油、でん粉	しそ とうがんと、にんじん、しいたけ、ねぎ、しょうが こんにゃく、にんじん、えだまめ	
17	金	牛乳 むぎごはん マーボー豆腐 白菜のナムル あずきごはん さつま汁 だいこんのゆずあえ 厚焼きたまご ゆかりごはん とうがんと汁 ひじき炒め	ベーコン、とり肉 ひよこ豆、青えんどう豆、赤いんげん豆	スバゲティ(小麦)、油 バター(乳) アーモンド、さとう 卵なしマヨネーズ	たまねぎ、赤ピーマン、こまつな、しめじ、バジル にんにく、ジェノバペースト(乳) かぼちゃ、ズッキーニ	りんご
20	月	牛乳 むぎごはん マーボー豆腐 白菜のナムル あずきごはん さつま汁 だいこんのゆずあえ 厚焼きたまご ゆかりごはん とうがんと汁 ひじき炒め	もずく、豆腐 麩(小麦)、卵、ツナ、ベーコン ぶた肉	米 ごま 油 さとう、ごま	えのき、ねぎ、しょうが キャベツ、にんじん、にら しょうが	
21	火	牛乳 むぎごはん マーボー豆腐 白菜のナムル あずきごはん さつま汁 だいこんのゆずあえ 厚焼きたまご ゆかりごはん とうがんと汁 ひじき炒め	豆腐 ぶた肉	米 さとう、油、でん粉	ねぎ、しょうが 島ニンジン、にんじん、たまねぎ、にんにく葉 こんにゃく、にんにく、しょうが	オイスターソース (かき・ほたてエキス、魚醤)
22	水	牛乳 むぎごはん マーボー豆腐 白菜のナムル あずきごはん さつま汁 だいこんのゆずあえ 厚焼きたまご ゆかりごはん とうがんと汁 ひじき炒め	豆乳 脱脂粉乳(乳) とり肉、ベーコン、いんげん豆、白花生	強力粉、黒糖 小麦粉、紅芋、さとう、油 じゃがいも、米粉、バター(乳)、油	たまねぎ、島ニンジン、にんじん、へちま、とうがんと チンゲンサイ、エリンギ、しめじ キャベツ、こまつな、もやし、にんじん、コーン	乳、小麦
23	木	牛乳 むぎごはん マーボー豆腐 白菜のナムル あずきごはん さつま汁 だいこんのゆずあえ 厚焼きたまご ゆかりごはん とうがんと汁 ひじき炒め	ぶた肉、かまぼこ、昆布 わかめ、しらす 芋クジてんぷら	米、油 さとう じゃがいも、さとう、紅芋、油、でん粉	たんかん にんじん、しいたけ、ねぎ さとう もやし、きゅうり、にんじん、シークワサー	
24	金	牛乳 むぎごはん マーボー豆腐 白菜のナムル あずきごはん さつま汁 だいこんのゆずあえ 厚焼きたまご ゆかりごはん とうがんと汁 ひじき炒め	ぶた肉、豆腐、油揚げ、みそ わかめ さば	米 さとう	にんじん、だいこん、ねぎ、ごぼう、こんにゃく きゅうり、にんじん、コーン しょうが	
27	月	牛乳 むぎごはん マーボー豆腐 白菜のナムル あずきごはん さつま汁 だいこんのゆずあえ 厚焼きたまご ゆかりごはん とうがんと汁 ひじき炒め	きびごはん チキンカレー 冬野菜サラダ	米、もちきび じゃがいも、米粉、バター(乳)、油 ごま、さとう、ドレッシング	にんにく、たまねぎ、にんじん、ピーマン、ブルー カリフラワー、ブロッコリー、はくさい、にんじん	
28	火	牛乳 むぎごはん マーボー豆腐 白菜のナムル あずきごはん さつま汁 だいこんのゆずあえ 厚焼きたまご ゆかりごはん とうがんと汁 ひじき炒め	卵、豆腐 ぶた肉、大豆	米 でん粉	こまつな、えのき にんにく、しょうが、たまねぎ、にんじん、赤ピーマン 黄ピーマン、ピーマン、たけのこ、シークワサー	
29	水	牛乳 むぎごはん マーボー豆腐 白菜のナムル あずきごはん さつま汁 だいこんのゆずあえ 厚焼きたまご ゆかりごはん とうがんと汁 ひじき炒め	黒米ごはん 島にんじんと豚肉のお汁 クープイリチー 黒糖ちんすこう(手作り)	米、黒米 ぶた肉 油、さとう 小麦粉、黒糖、さとう、油	にんじん、島ニンジン、だいこん、ねぎ、こんにゃく しょうが、にんにく 千切大根、こんにゃく、にんじん	
30	木	牛乳 むぎごはん マーボー豆腐 白菜のナムル あずきごはん さつま汁 だいこんのゆずあえ 厚焼きたまご ゆかりごはん とうがんと汁 ひじき炒め	わかめ ぶた肉、油揚げ、みそ ぶた肉、あさり	米、さとう じゃがいも 油、さとう、ごま油、でん粉	だいこん、ごぼう、にんじん、こんにゃく、こまつな 長ねぎ にんにく、しょうが、こまつな、チンゲンサイ、キャベツ 赤ピーマン、にんじん、もやし、きくらげ	オイスターソース (かき、ほたてエキス、魚醤)
31	金	牛乳 むぎごはん マーボー豆腐 白菜のナムル あずきごはん さつま汁 だいこんのゆずあえ 厚焼きたまご ゆかりごはん とうがんと汁 ひじき炒め	牛肉、ぶた肉、豆腐 ほうれん草のごまあえ きんかん	米 さとう、油 ごま、さとう	にんにく、こんにゃく、はくさい、こまつな にんじん、えのき、長ねぎ、しめじ ほうれんそう、もやし、にんじん きんかん	小麦