

# 令和7年5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                                                                                                                                                                                                                                  | ナッツ類(アーモンド、ペカン、ヘーゼルナッツ)、魚、鮭、赤魚、いか、たこ、貝、たらこ、パパイア、麦類(大麦、ライ麦、オーツ麦)、キウイ、マンゴー、パイン、ドラゴンフルーツ、柿 |
| ※ 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。<br>※ 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。<br>※ 給食を食べる前に、必ず内容を確認してください。<br>※ 材料、天候等により、献立を変更する場合があります。<br>※ 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。<br>※ 給食で使用するもずくやアサ、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)<br>おもに体をつくる<br>もとなる食品                                     | (きいろ)<br>おもにエネルギーの<br>もとなる食品                                                                | (みどり)<br>おもに体の調子を<br>整えるもとなる食品                                                                        | 調味料由来                                                                          |  |
|----|----|--|-------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|--|
| 1  | 木  |  | ちらしずし<br>若竹汁<br>ぶた肉のねぎ塩炒め<br>ミニ柏餅                           | わかめ、豆腐<br>ぶた肉<br>小豆                                            | 米、さとう<br>ごま油、ごま<br>上新粉、さとう                                                                  | にんじん、たけのこ、れんこん、かんぴょう、しいたけ<br>たけのこ、にんじん<br>キャベツ、たまねぎ、にんじん、長ねぎ、エリンギ、にんにく                                | 小麦、かつお節エキス                                                                     |  |
| 7  | 水  |  | きびごはん<br>マーボーじゃが<br>豆苗のナムル<br>フルーツ杏仁風プリン<br>うっちゃんライス        | とり肉、とりレバー、大豆、豆腐、みそ<br>とり肉<br>豆乳<br>とり肉                         | 米、もちきび<br>じゃがいも、ごま油、でん粉<br>ごま油、ドレッシング、ごま<br>さとう、でん粉<br>米、玄米、油                               | たまねぎ、にんじん、にら、しいたけ、にんにく、しょうが<br>豆苗、もやし、キャベツ、にんじん<br>もも、あんず<br>にんじん、たまねぎ、長ねぎ、しめじ、マッシュルーム<br>グリーンピース、ウコン | 小麦、オイスターエキス<br>オイスター(カキ・ほたてエキス、魚醤)                                             |  |
| 8  | 木  |  | ゴーヤー入り豚しゃぶサラダ<br>魚のゆずみそやき                                   | ぶた肉<br>ホキ、みそ                                                   | ごま、ドレッシング<br>さとう                                                                            | きゅうり、ゴーヤー、赤ピーマン、キャベツ、コーン<br>ゆず                                                                        |                                                                                |  |
| 9  | 金  |  | 黒糖パン<br>キャロットスープ<br>チリコンカン<br>オレンジ                          | 脱脂粉乳(乳)<br>とり肉、白花生、いんげん豆、豆乳<br>牛肉、ぶた肉、大豆、ひよこ豆<br>青えんどう豆、赤いんげん豆 | 小麦粉、油、黒糖<br>じゃがいも<br>油                                                                      | にんじん、たまねぎ、えだまめ、パセリ<br>たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、トマト、パセリ<br>オレンジ                                               |                                                                                |  |
| 12 | 月  |  | きびごはん<br>へちまカレー<br>ひじきしらすサラダ<br>アセロラゼリー                     | とり肉、とりレバー、白花生、いんげん豆<br>ひじき、チリメン                                | 米、もちきび<br>じゃがいも、油<br>さとう、ごま油、ごま<br>さとう、でん粉                                                  | にんにく、たまねぎ、にんじん、へちま、ピーマン<br>こまつな、にんじん、コーン<br>アセロラ                                                      |                                                                                |  |
| 13 | 火  |  | ごはん<br>かしわ汁<br>からしなのツナあえ<br>いわしのみそ煮<br>アレルギー対応食(キャベツ入りつくね)  | とり肉<br>ツナ<br>いわし、みそ(麦)<br>とり肉、えんどう豆、削り節                        | 米<br>ドレッシング(小麦)、さとう<br>さとう、でん粉<br>油、でん粉、さとう                                                 | こまつな、にんじん、しめじ、だいこん、こんにゃく<br>しいたけ<br>からし菜、もやし、にんじん<br>しょうが<br>キャベツ、しょうが                                |                                                                                |  |
| 14 | 水  |  | ごはん<br>はるさめスープ<br>チンジャオロース<br>揚げゴーザ<br>アレルギー対応食(いわしカリカリフライ) | とり肉<br>牛肉<br>海藻、大豆、大豆粉<br>いわし                                  | 米<br>はるさめ、でん粉<br>さとう、ごま油、でん粉、油<br>パン粉(小麦)、小麦粉、さとう、油<br>でん粉<br>さとう、じゃがいも、でん粉、玄米粉<br>米粉・パン粉、油 | しいたけ、にんじん、ねぎ、はくさい<br>ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマン、たけのこ<br>にんじん、にんにく<br>きゃべつ、にら、しょうが、にんにく、こんにゃく<br>しょうが            | オイスター(カキ・ほたてエキス、魚醤)                                                            |  |
| 15 | 木  |  | クワジューシー<br>ウサチ<br>とり肉のごまてりやき                                | ぶた肉、かまぼこ、昆布<br>わかめ、しらす<br>とり肉                                  | 米、玄米、油<br>さとう<br>さとう、ごま油、ごま                                                                 | にんじん、しいたけ、ねぎ<br>もやし、きゅうり、にんじん、シークワーサー<br>にんにく、しょうが                                                    |                                                                                |  |
| 16 | 金  |  | ゆかりごはん<br>冬瓜とアサのスープ<br>千切りイリチー<br>りんご                       | アーサ、ベーコン<br>昆布、ぶた肉、かまぼこ、油揚げ                                    | 米、さとう<br>油、さとう                                                                              | しそ<br>とうがん、えのき、しょうが<br>千切大根、こんにゃく、にんじん、からし菜<br>りんご                                                    |                                                                                |  |
| 19 | 月  |  | もち玄米ごはん<br>だいこんのそぼろ煮<br>ピーマンのごまあえ<br>納豆                     | ぶた肉、大豆、厚揚げ<br>納豆                                               | 米、玄米<br>さとう、油、でん粉<br>ごま、ドレッシング、さとう                                                          | だいこん、にんじん、ねぎ、しいたけ、しょうが<br>ピーマン、にんじん、赤ピーマン、コーン                                                         | たれ(小麦)                                                                         |  |
| 20 | 火  |  | きびごはん<br>中華スープ<br>シークワーサー酢豚<br>ぶどう                          | とり肉、荳わかめ<br>ぶた肉                                                | 米、もちきび<br>でん粉<br>でん粉、油、さとう、ごま油                                                              | チンゲンサイ、にんじん、長ねぎ、コーン<br>にんにく、しょうが、たまねぎ、にんじん、赤ピーマン<br>黄ピーマン、ピーマン、たけのこ、シークワーサー<br>ぶどう                    |                                                                                |  |
| 21 | 水  |  | もずく丼(ごはん)<br>もずく丼(具)<br>かきたま汁<br>バナナ                        | もずく、とり肉、とりレバー、大豆<br>卵、とり肉                                      | 米<br>油、さとう、でん粉<br>でん粉                                                                       | たまねぎ、コーン、赤ピーマン、ピーマン、とうがん<br>しょうが<br>しいたけ、こまつな、えのき、にんじん<br>バナナ                                         |                                                                                |  |
| 22 | 木  |  | 焼肉丼(ごはん)<br>焼肉丼(具)<br>豆腐とわかめのみそ汁<br>お手の大福                   | 牛肉<br>豆腐、わかめ、みそ                                                | 米、押麦、もちきび、丸麦、黒米、赤米<br>さとう、でん粉、油<br>さつまいも、もち粉、コーンスターチ<br>さとう、油、でん粉                           | にんにくの芽、たまねぎ、赤ピーマン、黄ピーマン<br>こんにゃく、長ねぎ、にんにく、しょうが<br>えのき、にんじん、ねぎ                                         | オイスター(カキ・ほたてエキス、魚醤)                                                            |  |
| 23 | 金  |  | 和風スパゲティ<br>かぼちゃと豆のサラダ<br>アジフライ<br>アレルギー対応食(ミートハンバーグ)        | とり肉、ベーコン<br>ひよこ豆、青えんどう豆、赤いんげん豆<br>あじ<br>ぶた肉、とり肉、大豆             | スパゲティ(小麦)、油<br>アーモンド、さとう、卵なしマヨネーズ<br>小麦粉、パン粉(小麦)、油<br>油、でん粉、さとう                             | しめじ、しいたけ、たまねぎ、にんじん、こまつな<br>にんにく、パセリ<br>かぼちゃ、ズッキーニ<br>たまねぎ                                             |                                                                                |  |
| 27 | 火  |  | むぎごはん<br>ボークストロガノフ<br>小松菜とささみのサラダ<br>グレープフルーツ               | ぶた肉、ぶたレバー、豆乳<br>とり肉                                            | 米、麦<br>油<br>ごま、ドレッシング                                                                       | にんにく、たまねぎ、にんじん、セロリ、しめじ<br>こまつな、キャベツ、コーン<br>グレープフルーツ                                                   | デミグラスソース(小麦)                                                                   |  |
| 28 | 水  |  | ごはん<br>たんたんみそ汁<br>ほうれんそうのおひたし<br>さばの塩麹焼き                    | とり肉、とりレバー、みそ<br>ちくわ、削り節<br>さば                                  | 米<br>油、ごま油、ごま<br>さとう                                                                        | たまねぎ、にんじん、もやし、にら、にんにく、しょうが<br>ほうれんそう、はくさい、にんじん<br>にんにく                                                |                                                                                |  |
| 29 | 木  |  | チリドック(パン)<br>チリドック(具)<br>コーンスープ<br>コールスロー                   | 脱脂粉乳(乳)<br>ウインナー<br>ベーコン、とり肉                                   | 小麦粉、さとう、油<br>油、さとう                                                                          | 小麦粉、さとう、油<br>卵なしマヨネーズ、さとう                                                                             | たまねぎ、にんじん、ピーマン、トマト、にんにく<br>にんじん、クリームコーン、コーン、たまねぎ、パセリ<br>キャベツ、レモン、きゅうり、コーン、ビクルス |  |
| 30 | 金  |  | 黒米ごはん<br>ゆしどうふ<br>フーイリチー<br>あまがし<br>アレルギー対応食(ぶどうゼリー)        | ゆし豆腐<br>麴(小麦)、卵、ツナ、ベーコン<br>金時豆、緑豆                              | 米、黒米<br>油<br>さとう、黒糖、押し麦<br>さとう                                                              | ねぎ、しょうが<br>キャベツ、にんじん、にら<br>ぶどう                                                                        |                                                                                |  |