

令和7年9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) 917-34741

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。 ※ 給食を食べる前に、必ず内容を確認してください。
 ※ 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。 ※ 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。

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
1	月	牛乳 むぎごはん 石狩汁 ゴーヤー入り豚しゃぶサラダ レバークね アレルギー代替食(キャベツ入り平つくね) あとのせチーズ牛井(きびごはん) あとのせチーズ牛井(具)	鮭、みそ ぶた肉 とり肉、とりレバー、大豆 とり肉、えんどう豆、削り節	米、麦 じゃがいも ごま、ドレッシング ごま、パン粉(小麦)、さとう、でん粉、油 油、でん粉、さとう	だいごん、にんじん、長ねぎ、しいたけ きゅうり、ゴーヤー、赤ピーマン、キャベツ、コーン たまねぎ キャベツ、しょうが	
2	火	牛乳 たまごスープ オレンジ	牛肉、チーズ(乳) 卵、豆腐、寒天	でん粉	にんにく、しょうが、たまねぎ、こんにゃく、にんじん しいたけ、長ねぎ、キャベツ こまつな、えのき オレンジ	
3	水	牛乳 五目ラーメン(麺) 五目ラーメン(汁)	ぶた肉、みそ、麦みそ(麦)	小麦粉、油 ごま油	きくらげ、しいたけ、キャベツ、にんじん、たけのこ 長ねぎ、しょうが、にんにく	
4	木	牛乳 シラスの和え物 お米のレモンマフィン ウンケー・ジュシー 切干大根と小松菜の和え物 さつまいも天ぷら アレルギー代替食(オムレツ) カルフィッシュ	ちくわ、チリメン 豆乳、大豆粉 ぶた肉、かまぼこ、昆布 ツナ	ごま、さとう さとう、米粉、油、でん粉 米、油 ごま、さとう さつまいも、小麦粉、でん粉、油 油、でん粉 でん粉、さとう、米粉	はくさい、こまつな レモン にんじん、しいたけ、ねぎ 千切大根、きゅうり、こまつな、にんじん	
8	月	牛乳 ごはん もずくのスープ ハ芭菜 バナナ	もずく、豆腐 ぶた肉、うずらの卵	米 ごま でん粉、ごま油、油	えのき、ねぎ、しょうが しょうが、にんにく、はくさい、にんじん、たけのこ エリンギ、えだまめ、ヤングコーン、しいたけ、きくらげ	オイスター(カキ、ほたてエキス、魚醤)
9	火	牛乳 くりときのこのたきこみごはん ほうれんそうのおひたし 魚のみそマヨネーズ焼き アレルギー代替食(鶏のみそマヨネーズ焼き)	とり肉、油揚げ ちくわ、削り節 赤魚、みそ とり肉、みそ	米、くり、油 さとう 卵なしマヨネーズ 卵なしマヨネーズ	にんじん、しいたけ、しめじ、えのき、ねぎ、えだまめ ほうれんそう、はくさい、にんじん たまねぎ、パセリ たまねぎ、パセリ	
10	水	牛乳 きびごはん とうがんのそぼろ煮 たくあんときゅうりのごまあえ 納豆	ぶた肉、大豆、厚揚げ 納豆	米、もちきび さとう、油、でん粉 ごま、ごま油	とうがん、にんじん、えだまめ、ねぎ、しいたけ、しょうが もやし、たくあん、きゅうり	たれ(小麦)
11	木	牛乳 パンしろくまのジャムパン(全粒粉パン) コーンスープ マセドアンサラダ ミートボール パンしろくまのジャムパン(いちごジャム)	脱脂粉乳(乳) ベーコン、とり肉 ベーコン とり肉	小麦粉、全粒粉、さとう、油 米粉、乳不使用マーガリン さつまいも、卵なしマヨネーズ、さとう 油、さとう、でん粉 さとう	にんじん、コーン、たまねぎ、パセリ きゅうり、にんじん、黄ピーマン たまねぎ、トマト、にんにく、しょうが いちご	
12	金	牛乳 ビーフンいため えだまめサラダ どりのからあげ アレルギー代替食(ミートハンバーグ)	ぶた肉、ベーコン、かまぼこ ボーク、ひじき とり肉 ぶた肉、とり肉	ビーフン、油、ごま油 さとう、ごま 小麦粉、でん粉、大麦粉、油 油、でん粉	もやし、にんにく、にんじん、キャベツ、きくらげ ピーマン、たまねぎ えだまめ、もやし、にんじん にんにく、しょうが たまねぎ	オイスター(カキ、ほたてエキス、魚醤)
16	火	牛乳 ごこごはん 給食室のカレー(チキンカレー) ブロッコリーサラダ フルーツゼリー アレルギー代替食(みかんゼリー)	とり肉、鶏レバー、豆乳	米、押麦、もちきび、丸麦、黒米、赤米 じゃがいも、米粉、油、乳不使用マーガリン さとう、ドレッシング(小麦) さとう さとう	にんにく、たまねぎ、にんじん、ピーマン、ブルーベリー ブロッコリー、カリフラワー、赤ピーマン、コーン りんご、みかん、パイン みかん	
17	水	牛乳 ごはん キムチ鍋 キャベツの中華サラダ 梨	ぶた肉、豆腐、ちくわ、みそ、麦みそ(麦) とり肉	米 じゃがいも、はるさめ、さとう ごま、さとう、ごま油	白菜キムチ、はくさい、こまつな、しめじ キャベツ、きゅうり、こまつな なし	
18	木	牛乳 きびごはん なかみじる チキナーチャンプルー 手作りちんすこう アレルギー代替食(お芋の大福)	ぶた肉、ぶた中身 豆腐、ベーコン、麩(小麦)、卵	米、もちきび 油 小麦粉、さとう、油 さつまいも、もち粉、さとう、油 コーンスターチ、でん粉	しいたけ、こんにゃく、しょうが からし菜、にんじん	
19	金	牛乳 ゆかりごはん はなちゃんのみそしる(豆腐とわかめ) 大根と里芋のそぼろ煮 焼きししゃも	豆腐、わかめ、みそ とり肉、ぶた肉、大豆 ししゃも	米、さとう じゃがいも、さとう、でん粉 里芋、さとう、でん粉	しそ えのき、にんじん、ねぎ だいごん、にんじん、えだまめ、しょうが	
22	月	牛乳 きびごはん へーたうーのマーボーへちま	豆腐、ぶた肉、大豆、鶏レバー、みそ	米、もちきび でん粉、油、ごま油	へちま、たまねぎ、にんじん、にら、きくらげ にんにく、しょうが	オイスターエキス、小麦
24	水	牛乳 豆苗のナムル ヨーグルト アレルギー代替食(豆乳ムース)	とり肉 牛乳 豆乳	ごま油、ドレッシング、ごま さとう さとう、油	豆苗、もやし、キャベツ、にんじん	
25	木	牛乳 きびごはん たんたんみそ汁 きゅうりと海藻のサラダ さばの塩麹焼き アレルギー代替食(鶏の塩麹焼き)	とり肉、鶏レバー、みそ まわかれ、昆布、赤つのまた、ツナ 青つのまた、白キリンサイ、わかめ さば とり肉	米、もちきび 油、ごま油、ごま ドレッシング(小麦) さつまいも、もち粉、さとう、油 コーンスターチ、でん粉	たまねぎ、にんじん、もやし、にら、にんにく、しょうが だいごん、きゅうり、コーン にんにく にんにく	
26	金	牛乳 バーガーパン にんじんちゃんのクリームシチュー キャベツサラダ フィッシュフライ アレルギー代替食(とりぶたハンバーグ) ミルメーク(ココア)	脱脂粉乳(乳) とり肉、ベーコン、大豆、豆乳 とり肉 すけそうだら とり肉、ぶた肉	小麦粉、さとう、油 じゃがいも、米粉 乳不使用マーガリン ドレッシング パン粉(小麦)、でん粉、油、コーンフラワー 油、でん粉、さとう、じゃがいも さとう、ココア	にんにく、たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、しめじ えだまめ、パセリ にんじん、キャベツ、きゅうり、コーン たまねぎ	
29	月	牛乳 むぎごはん あさりのすまし汁 豚肉とにんにくの芽の炒め物	あさり、かまぼこ ぶた肉	米、麦 油、さとう、ごま油、でん粉	だいごん、にんじん、こまつな にんにく、しょうが、にんにくの芽、キャベツ にんじん、赤ピーマン、長ねぎ、きくらげ	小麦
30	火	牛乳 あぶらみそ 黒米ごはん イナムドゥチ クープイリチー ちくわのオーブン焼き ごはん 三色ごはん(肉) 三色ごはん(たまご) 三色ごはん(野菜) はるさめスープ かたぬきチーズ アレルギー代替食(車麩と鶏肉のナゲット)	ツナ、ぶた肉、みそ ぶた肉、かまぼこ、油揚げ、みそ ぶた肉、かまぼこ、昆布 ちくわ、削り節 とり肉 とり肉、豚レバー、大豆、ひよこ豆 卵 削り節 とり肉 チーズ(乳) とり肉	さとう、油 ごま 油、さとう 卵なしマヨネーズ 米 油、さとう 油 ごま、さとう はるさめ、でん粉 麩(小麦)、油	しょうが しいたけ、こんにゃく 千切大根、こんにゃく、にんじん パセリ しょうが にんじん ほうれん草、キャベツ しいたけ、にんじん、ねぎ、はくさい にんにく	