

令和7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) 917-34741

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、パルパイヤ、 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サリ、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 ものになる食品	(きいろ) おもにエネルギーの ものになる食品	(みどり) おもに体の調子を 整えるものになる食品	調味料由来
1	水	牛乳 きびごはん さつま汁 肉そぼろと野菜の炒め物 抹茶のふりかけ オレンジ	ぶた肉、油揚げ、みそ ぶた肉、ぶたレバー、大豆	米、もちきび さつまいも さとう、油 米、でん粉、さとう	たまねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ しょうが、たけのこ、たまねぎ、にんじん、ごまつな しめじ、えだまめ、きくらげ 抹茶 オレンジ	
2	木	牛乳 きびごはん すきやき 切干大根のはりはり漬け 厚焼きたまご アレルギー代替食(れんこん入りつくね)	牛肉、ぶた肉、豆腐 とり肉 卵 とり肉、大豆	米、もちきび さとう、油 ごま、さとう 油、でん粉 パン(小麦)、でん粉、さとう、油	にんにく、こんにゃく、はくさい、ごまつな、にんじん えのき、長ねぎ、しめじ 切干大根、にんじん、きゅうり、シークワーサー にんじん、ねぎ たまねぎ、れんこん、しょうが	スキャクソース(小麦)
3	金	牛乳 あげパン サーモンチャウダー ごぼうサラダ	きな粉 ベーコン、とり肉、鮭、いんげん豆 白いんげん豆、豆乳 とり肉	パン(小麦、乳)、油、黒糖、さとう じゃがいも、米粉 乳不使用マーガリン ごま、ドレッシング、さとう 卵なしマヨネーズ	たまねぎ、にんじん、パセリ たまねぎ、にんじん、きゅうり、シークワーサー ごぼう、きゅうり、にんじん	小麦、乳
6	月	牛乳 ごこごはん さいともときのこのカレー だいこんサラダ 十五夜ゼリー	ぶた肉、ぶたレバー、豆乳 ツナ 寒天	米、押麦、もちきび、丸麦、黒米、赤米 油、里芋、じゃがいも、米粉 乳不使用マーガリン さとう、卵なしマヨネーズ さとう、油	にんにく、しめじ、マッシュルーム、エリンギ、にんじん たまねぎ、ピーマン だいこん、きゅうり、コーン、赤ピーマン みかん、レモン	
7	火	牛乳 きびごはん けんちん汁 わかめ さばのゆずみそ煮 アレルギー代替食(れんこん入りつくね)	豆腐、油揚げ わかめ さば、みそ とり肉、大豆	米、もちきび ごま油 さとう さとう、米粉 パン(小麦)、でん粉、さとう、油	だいこん、にんじん、ごぼう、こんにゃく、長ねぎ、しめじ きゅうり、にんじん、コーン ゆず たまねぎ、れんこん、しょうが	
8	水	牛乳 むぎごはん 中華スープ チンジャオロース りんご	とり肉、卵 牛肉	米、麦 でん粉 さとう、ごま油、でん粉、油	クリームコーン、コーン、チンゲンサイ、しいたけ ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマン、たけのこ、にんにく りんご	オイスター(カキ、ほたてエキス、魚醤)
9	木	牛乳 あおなごはん ゆじどうふ にんじんシリシリー ししゃものごまマヨやき	削り節 豆腐 卵、ツナ、ウインナー ししゃも	米、さとう 油 卵なしマヨネーズ、ごま	広島菜、大根葉、京菜 ねぎ、しょうが にんじん、たまねぎ、ピーマン、にら	
10	金	牛乳 ピラフ からしなのツナあえ タンドリーチキン フレンチドレッシング(ブルーベリー味)	ぶた肉、ベーコン ツナ とり肉、豆乳ヨーグルト 豆乳、大豆粉	米、もちきび、油、乳不使用マーガリン ドレッシング(小麦、かつお節)、さとう 油、さとう、米粉、でん粉	にんじん、赤ピーマン、ピーマン、たまねぎ、コーン、にんにく からし菜、もやし、にんじん にんにく ブルーベリー、レモン	

あきやすみ

20	月	牛乳 ごはん タコライス(肉) タコライス(野菜) 豆と穀物のスープ スイートペイにも	ぶた肉、ぶたレバー、大豆 チーズ(乳) えんどう豆、ひよこ豆、レンズ豆、大豆 小豆、ベーコン	米 油 麦、赤米、玄米、たかきび、でん粉 油、じゃがいも さつまいも、さとう、油	たまねぎ、にんじん、赤ピーマン、にんにく、トマト キャベツ、きゅうり にんじん、たまねぎ、はくさい、セロリー、パセリ レモン	デミグラスソース(小麦)
21	火	牛乳 きびごはん むらもスープ シークワーサー酢豚 梨	卵、わかめ ぶた肉	米、もちきび はるさめ、でん粉 でん粉、油、さとう、ごま油	えのき、にんじん、チンゲンサイ 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、シークワーサー なし	
22	水	牛乳 きびごはん とうがん汁 マーニナーチャムプルー さんまのおかか アレルギー代替食(キャベツ入りつくね)	とり肉 ぶた肉、かまぼこ、豆腐 さんま、かつお節 とり肉、えんどう豆、削り節	米、もちきび 油 さとう、でん粉 油、でん粉、さとう	とうがん、にんじん、しいたけ、ねぎ、しょうが にんじん、もやし、キャベツ、からし菜 キャベツ、しょうが	小麦
23	木	牛乳 もずくどん(ごはん) もずくどん(具) チンゲンサイのスープ 手作りタンナファクルー アレルギー代替食(黒糖ビーンズ)	もずく、ぶた肉 とり肉 卵 大豆	米 油、さとう、でん粉 ごま油 小麦粉、黒糖 黒糖 小麦粉、油	たまねぎ、コーン、赤ピーマン、ピーマン、とうがん、しょうが チンゲンサイ、えのき、にんじん、長ねぎ	
24	金	牛乳 おきなわそば(種) おきなわそば(汁) おきなわそば(野菜) ミミガーのすみそあえ 早生みかん		油 さとう	しょうが キャベツ、からし菜、もやし、にんじん、ねぎ もやし、きゅうり みかん	
27	月	牛乳 黒米ごはん イナムドゥチ ウサチ グルクンのからあげ アレルギー代替食(きびごフライ)	ぶた肉、かまぼこ、油揚げ、みそ わかめ、しらす グルクン きびご	米、黒米 ごま さとう 米粉、でん粉、油 さとう、じゃがいも、でん粉、米粉 玄米粉、油	しいたけ、こんにゃく もやし、きゅうり、にんじん、シークワーサー しょうが	
28	火	牛乳 きびごはん 煮つけ プロッコリーのアーモンドあえ 納豆	ぶた肉、かまぼこ、厚揚げ、結び昆布 とり肉 納豆	米、もちきび さとう アーモンド、さとう	こんにゃく、にんじん、とうがん、いんげん、しょうが プロッコリー、もやし、赤ピーマン	たれ(小麦)
29	水	牛乳 ミートボールスバゲティ おからサラダ やさいグラタン	ぶた肉、ミートボール おから、ちくわ 豆乳、おから、大豆粉	スバゲティ(小麦)油、さとう 卵なしマヨネーズ、ドレッシング 油、じゃがいも、米粉、さとう、でん粉	たまねぎ、にんじん、セロリー、しめじ、なす、ピーマン にんにく、トマト きゅうり、ピクルス、赤ピーマン たまねぎ、にんじん、コーン、ほうれんそう	デミグラスソース(小麦)
30	木	牛乳 ゆかりごはん かきたま汁 ひじき炒め 柿	卵、とり肉 とり肉、ぶた肉、ひじき、かまぼこ、大豆	米、さとう でん粉 油、さとう	しいたけ、ごまつな、えのき、にんじん こんにゃく、にんじん、えだまめ かき	
31	金	牛乳 あみパン パンクンスープ チリコンカン ハロウィンハンバーグ かぼちゃプリン	脱脂粉乳(乳) ベーコン、とり肉、いんげん豆、白花豆、豆乳 牛肉、ぶた肉、大豆、ひよこ豆 青えんどう豆、赤いんげん豆 とり肉、ぶた肉 豆乳	小麦粉、さとう、油 じゃがいも、米粉、乳不使用マーガリン 油 油、さとう、でん粉 さとう、でん粉	かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、えだまめ、パセリ たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、トマト、パセリ たまねぎ、かぼちゃ、トマト、にんにく、しょうが	