

令和6年2月 学校給食予定(アレルギー詳細)献立表

沖縄市立学校給食センター
 沖縄市第二調理場
 937-2700

1. 予定(アレルギー詳細)献立表は、食品表示法に定められている28品目を表示しています。

食品表示法の一部改正により特定原材料(義務表示)にくるみが追加になりました。

「くるみ」の取扱事業者がアレルギー表示を適切に行うための猶予期間に応じて、表示については順次対応させていただきます。沖縄市の除去対応アレルギーの変更はありません。

特定原材料(義務表示)8品目	特定原材料に準ずるもの(推奨表示)20品目
卵 乳 小麦 そば 落花生 くるみ えび かに	アーモンド あわび いか いくら さけ さば 牛肉 鶏肉 豚肉 ゼラチン 大豆 ごま カシューナッツ オレンジ キウイフルーツ バナナ もも りんご まつたけ やまいも

2. 献立名の黒丸印(●)は、食物アレルギー除去食対応児童生徒へ除去食の提供があります。

()内の食品は対応アレルギーを表示しています。

※除去食の対応アレルギーは下記の7品目です。除去食の提供はアレルギー7品目を含む

和え物(サラダ、フルーツ和えを含む)・炒め物・煮物(カレー・シチュー・麺類を含む)・汁物・ご飯物などです。

除去食対応アレルギー7品目	卵 乳 えび かに いか たこ ごま
---------------	--------------------

3. 加工食品は、原材料や調味料ではなく、アレルギーのみを表示している場合もあります。

4. しょうゆは(小麦・大豆)、酢、特濃酢は(小麦)の成分を含んでいます。月はじめで使用した日のみ、アレルギーを表示しています。その日以降は表示していませんが、アレルギーは同じです。

5. 海藻類(あおさ、もずく、ひじき)、しらすやチリメン、カエリなどは、「えび・かに」が混ざる漁法で採取されていることから、「えび・かに」が混入することがあります。

6. あさりなどの二枚貝には「かに」が共生しています。

7. 天候やその他の都合により、献立の変更や食材を変更することがあります。

8. 調味料欄に表示がなくても、塩、こしょう、砂糖、酒、酢(小麦)、しょうゆ(小麦、大豆)、みりん、でんぷん、大豆油を使用する場合があります。

9. オイスターソースにはかきエキスが含まれています。

※献立表は、沖縄市立学校給食センターホームページに毎月記載してあります。

※毎週木曜日は幼稚園欠食です。

日	献立名	赤の食品 <small>(おもに体をつくるものになる)</small>	黄の食品 <small>(おもにエネルギーのもとになる)</small>	緑の食品 <small>(おもに体の調子を整えるものになる)</small>	調味料
1日 (木)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	節分献立				
	いわしの梅煮	いわし かつお節	砂糖 水あめ でん粉		しょうゆ(小麦、大豆) 梅酢 梅肉ペースト こんぶだし かつお割りぶし
	けんちん汁	とうふ(大豆)	さといも	人参 大根 ごぼう 長ねぎ	しょうゆ みりん 酒 かつお節 塩
野菜と塩昆布の和え物	とりささみ 塩昆布	ごま油 三温糖	人参 大根 白菜 きゅうり	しょうゆ 酢(小麦) 塩	
節分豆	大豆				
2日 (金)	牛乳	牛乳			
	スタミナごはん	ぶた肉	米 カルシウム米 大豆 油 ごま油	人参 玉ねぎ コーン あお豆(大豆) にんにく しょうが	みりん しょうゆ 酒 塩 こしょう ポークフィヨン(鶏肉、豚肉)
	おかか和え	とりささみ 糸けすり	三温糖	こまつな きゅうり もやし 人参	しょうゆ 酢 塩
	メンチカツ	鶏肉 豚すり身 粒状植物性たん白(大豆)	豚脂 砂糖 でん粉 植物油	キャベツ 玉ねぎ	しょうゆ 塩
5日 (月)	牛乳	牛乳			
	しっぽくうどん	ぶた肉 油揚げ(大豆) なた(大豆)	うどん(小麦) 大豆油 里芋	人参 大根 長ねぎ ねぎ	酒 煮干しだし(さば) だし昆布 かつお節 しょうゆ みりん 塩
	大学芋		さつまいも だいたず油 三温糖 水あめ 黒ごま		しょうゆ
	ゴボウサラダ		三温糖 ソンエッグマヨネーズ(大豆)	ごぼう きゅうり れんこん あお豆(大豆) コーン	しょうゆ りんご酢(りんご)
ヨーグルト	生乳 乳製品 乳たんぱく質	砂糖			

日	献立名	赤の食品 (おもに体をつくるもとになる)	黄の食品 (おもにエネルギーのもとになる)	緑の食品 (おもに体の調子を整えるもとになる)	調味料
6日 (火)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	厚揚げと野菜炒め	厚あげとうふ(大豆) ぶた肉	三温糖 大豆油	人参 小松菜 玉ねぎ キャベツ しょうが にんにく	酒 しょうゆ みりん かつお節 塩
	冬野菜みそ汁	油揚げ(大豆) 甘口白 みそ(大豆) 麦みそ(大豆)	じゃがいも	人参 玉ねぎ 大根 白菜 ねぎ	かつお節 塩
	くだもの			みかん	
	ミルク(ココア)	植物レシチン(大豆)	砂糖 ぶどう糖		ココア 塩
7日 (水)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	ピピンバ	ぶた肉 大豆 赤みそ(大豆)	大豆油 三温糖 ごま油	もやし きくらげ 人参 こまつな にんにく	しょうゆ みりん 酒 塩
	春巻き	鶏肉 粒状植物性たん白(大豆)	植物油脂(ごま、大豆) 小麦粉 ショートニング 春雨 砂糖 粉あめ でん粉 だいたず油	玉ねぎ キャベツ 人参 もやし だけのこ	しょうゆ 塩
	春雨スープ	とりささみ 茎わかめ	はるさめ ごま油	大根 人参 コーン ねぎ	しょうゆ 塩 こしょう チキンブイオン(鶏肉) かつお節
8日 (木)	牛乳	牛乳			
	パーカーハウスパン		パーカーハウスパン(小麦、乳、大豆)		
	ハンバーグのソースがけ	豚肉 とり肉 粒状植物性たん白	豚脂 でん粉 三温糖	玉ねぎ ピクルス マッシュルーム	塩 ケチャップ デミグラスソース(小麦、鶏肉) ウスターソース(りんご 大豆)
	ベジタブルスープ	鶏肉	じゃがいも でん粉 大豆油	人参 玉ねぎ セロリ コーン にんにく	パセリ チキンブイオン(鶏肉) 塩 こしょう しょうゆ
	ビーンズサラダ	ガルバンゾー(ひよこ豆)、マローファットピース(青えんどう豆)、レッドキドニー(赤いんげん豆)	ノンエッグマヨネーズ(大豆) 三温糖	コーン 人参 きゅうり キャベツ	特濃酢 コーンクリームドレッシング(アレルギーなし) こしょう 塩
9日 (金)	牛乳	牛乳			
	ゆかりごはん		米		ゆかり
	旧正月 献立 シカムドゥチ	ぶた肉 黄色かまぼこ(卵なし)(大豆)		とうがん しいたけ こんにゃく しょうが	かつお節 ポークブイオン(鶏肉、豚肉) しょうゆ 塩
	千切りイリチー	細切こんぶ ぶた肉 チキアギ(大豆)	大豆油	切干大根 こんにゃく	しょうゆ みりん 塩 酒 かつお節
	さばのシークワサーソースかけ	さば	三温糖 でん粉	レモン シークワサー果汁	酢 りんご酢 水
13日 (火)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	旧正月 献立 第3位 ひき肉カレー (アレルギーフリー)	豚レバー ぶた肉 粒状大豆たん白	じゃがいも 大豆油	にんにく セロリ 人参 玉ねぎ ピーマン かぼちゃ	赤ワイン アレルゲンフリーカレー粉 ポークブイオン(鶏肉、豚肉) チキンブイオン(鶏肉) ウスターソース(りんご、大豆) リンゴピューレー(りんご) ケチャップ デミグラスソース(小麦 鶏肉) 塩 カレー粉 チャッネ(りんご)
	とんかつ	豚肉 大豆粉	パン粉(小麦) でん粉 植物油脂 だいたず油		塩
●杏仁豆腐フルーツ(乳)	杏仁豆腐(乳、大豆)			パイナップル みかん 黄桃 シークワサー	



寒くなると水が冷たくなり、手洗いがおろそかになりがちです。冬場の手洗いは、かぜの予防にも効果的ですのでしっかり行うようにしましょう。

日	献立名	赤の食品 (おもに体をつくるものになる)	黄の食品 (おもにエネルギーのもとになる)	緑の食品 (おもに体の調子を整えるものになる)	調味料
14日 (水)	牛乳	牛乳			
	カラフルピラフ	鶏肉 ベーコン(豚肉)	米 カルシウム米 押し麦 大豆油	人参 玉ねぎ ビーマン 赤ビーマン コーン あお豆(大豆) にんにく	白ワイン パセリ 塩 こしょう しょうゆ チキンフイヨン(鶏肉)
	青菜のおかかマヨ和え	糸けずり	ノンエッグマヨネーズ(大豆)	こまつな もやし きゅうり 人参	しょうゆ 塩
	焼きししゃも	ししゃも			
	米粉のカップケーキ	豆乳 大豆粉	砂糖 水あめ 米粉 植物油 脂 ショートニング でん粉		ココアパウダー 寒天
15日 (木)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	琉球料理の日 大根ンブシー	とり肉 結び昆布 厚あげとうふ(大豆)	三温糖 大豆油	大根 人参 こんにゃく こまつな しょうが	しょうゆ みりん 料理酒 塩 かつお節
	絵本献立 カエリとアーモンドの蜜がらめ	カエリ 大豆	アーモンド 水あめ 三温糖		しょうゆ 水
	くだもの			りんご	
16日 (金)	牛乳	牛乳			
	全粒粉パン		全粒粉パン(小麦 乳 大豆) 全粒粉		
	マッシュルームのクリームスープ	ベーコン(豚肉) 白大豆 白いんげん豆 豆乳(大豆)	じゃがいも 大豆油	マッシュルーム 人参 玉ねぎ コーン パセリ	アレルギーフリーシチュー 塩 こしょう しょうゆ チキンフイヨン(鶏肉)
	チキンのマーマレード焼き	鶏肉	マーマレード		しょうゆ 酒 みりん
ベジタブルソテー	ぶた肉	オリーブ油	人参 玉ねぎ キャベツ 小松菜 にんにく	しょうゆ 塩 こしょう	
19日 (月)	牛乳	牛乳			
	もずく雑炊	もずく ぶた肉	米 カルシウム米 大豆油	チンゲン菜 しいたけ 人参 玉ねぎ	しょうゆ 塩 かつお節
	さばのネギソースがけ	さば	三温糖 ごま油	長ねぎ にんにく しょうが	しょうゆ
	パパイヤリチー	チキアギ(大豆) ツナ	大豆油	パパイヤ 人参 玉ねぎ いら にんにく	しょうゆ 塩
	うまかってん(小袋)	大豆 黒大豆 味付小魚 昆布 アオサ粉	でん粉 植物油 砂糖 小麦粉 ショートニング ごま アーモンド ひまわりの種 かぼちゃの種 松の実		塩
20日 (火)	牛乳	牛乳			
	黒米ごはん		米 黒米		
	13祝い献立 中身汁	豚中身 ぶた肉 白かまぼこ(卵なし)(大豆)		こんにゃく しいたけ ねぎ しょうが	かつお節 しょうゆ 塩
	クープイリチー	こんぶ ぶた肉 チキアギ(大豆)	大豆油	人参 こんにゃく	しょうゆ みりん 酒 かつお節 塩
	グルクンから揚げ	グルクン	小麦粉 でん粉 だいた		塩 こしょう
シークワーサーゼリー		砂糖 果糖ぶどう糖液糖	シークワーサー果汁		
21日 (水)	牛乳	牛乳			
	ラーメン(めん)		ラーメン(小麦、大豆)		
	リクエスト献立 みそラーメン(汁)	ぶた肉 なた(大豆) 赤みそ(大豆) 赤だし(大豆、鶏肉)	ごま油 大豆油	長ねぎ もやし コーン きくらげ しょうが にんにく	酒 ポークフイヨン(鶏肉、豚肉) かつお節 塩
	●パンサンスー(卵)	ハム(豚肉 大豆) 錦糸卵	はるさめ ごま油 三温糖	人参 きゅうり こまつな	しょうゆ 酢 塩
ポーク焼売	豚肉	パン粉(小麦) でん粉 砂糖 小麦粉 水あめ	玉ねぎ しょうがペースト	塩 ポークエキス	



日	献立名	赤の食品 (おもに体をつくるものになる)	黄の食品 (おもにエネルギーのもとになる)	緑の食品 (おもに体の調子を整えるものになる)	調味料
22日 (木)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	キムチみそ汁	ぶた肉 白みそ(大豆) 麦みそ(大豆)	ごま油	白菜キムチ(小麦、りんご、大豆、さば) えのき ねぎ 白菜 人参	しょうゆ かつお節
	●きんぴらごぼう(ごま)	とり肉	三温糖 白ごま 大豆油	ごぼう 人参 こんにゃく ビーマン	かつお節 しょうゆ みりん
	アーサ厚焼き卵	鶏卵 あおさ	砂糖 でん粉 植物油脂		しょうゆ かつおエキス 煮干し だし 塩
26日 (月)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	イナムドゥチ	ぶた肉 白かまぼこ(卵なし)(大豆) 甘口白みそ(大豆)		しいたけ とうがん こんにゃく	かつお節 ポークパイオン(鶏肉、豚肉) みりん
	からし菜炒め	ぶた肉 ツナ 油揚げ(大豆)	大豆油	からし菜 こまつな 人参 もやし	塩 しょうゆ
	豚肉の生姜焼き	豚コース	三温糖	しょうが	しょうゆ みりん 酒
おからちんすこう	おから	小麦粉 砂糖 ラード			
27日 (火)	牛乳	牛乳			
	鮭ときのこのリゾット	鮭 白花豆 白いんげん豆 豆乳(大豆)	米 カルシウム米 オリーブ油	にんにく 人参 玉ねぎ エリンギ しめじ マッシュルーム パセリ	白ワイン 塩 こしょう しょうゆ チキンパイオン(鶏肉) ポークパイオン(鶏肉、豚肉)
	ココロサラダ	ガルバンゾー(ひよこ豆)、マローファットピース(青えんどう豆)、レッドキドニー(赤いんげん豆)	ノンエッグマヨネーズ(大豆) 三温糖	きゅうり 大根 赤ピーマン あお豆(大豆) コーン シークァーサー	粒入りマスタード
	肉団子	鶏肉 粒状植物性たん白(大豆)	豚脂 砂糖 でん粉 なたね油 植物油	玉ねぎ にんにく しょうが	塩 酒 小麦不使用しょうゆ 酢 オイスターエキス
豆乳プリンタルト	豆乳(大豆) 大豆粉	砂糖 米粉 ショートニング 加工油脂 コーンフラワー 植物油 でん粉		小麦不使用しょうゆ	
28日 (水)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米 麦		
	マーボー大根	ぶた肉 とうふ(大豆) 白みそ(大豆) 赤みそ(大豆)	大豆油 三温糖 でん粉 ごま油	大根 人参 玉ねぎ ビーマン いらしいたけ きくらげ たけのこ しょうが にんにく	オイスターソース(大豆) みりん 豆板醤 塩
	ミニ肉まん	鶏肉	豚脂肪 小麦粉 調整ラード 植物油脂 砂糖 ごま油	キャベツ 玉ねぎ 青ねぎ にんにく しょうが	しょうゆ 酒 鶏がらスープ 塩 イースト 乳成分
	くだもの			オレンジ	
29日 (木)	牛乳	牛乳			
	なかよしあげパン きな粉・ココア味 (中学生のみ)	きな粉(大豆)	なかよしパン(小麦、乳、大豆) だいたい油 黒糖 三温糖 はったい粉		ミルメークココア(大豆)
	リクエスト 献立 第1位 黒糖パン (小学生のみ)		黒糖パン(小麦、乳、大豆) 黒糖		
	クラムチャウダー (小麦・乳なし)	あさり とり肉 国産白いんげん	じゃがいも 大豆油	人参 玉ねぎ マッシュルーム パセリ	アレルゲンフリーシチュー チキンパイオン(鶏肉) 塩 こしょう
	コーンサラダ	ツナ	三温糖	コーン きゅうり 人参 ブロッコリー カリフラワー	特濃酢 青じそドレッシング(小麦、大豆)
	チーズ	ナチュラルチーズ(乳)			乳化剤 重曹



給食センター第2調理場よりお知らせ



※1日：節分献立、9日：旧正月献立、第3木曜日：15日「琉球料理の日」、
15日：絵本献立「だいたいさんちはだいかぞく」、19日：食育の日 20日：十三祝い献立

今月もリクエスト給食が登場します！みんな大好きリクエスト1位の揚げパンも出ますので、ぜひお楽しみに♪