



令和3年5月

学校給食予定献立表(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
 TEL 937-2700
 FAX 923-3035

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に準ずるもの(推奨表示)にアーモンドが追加になりました。
 順次対応させていただきます。

特定原材料(表示義務)7品目	特定原材料に準ずる(表示の推奨)21品目
卵 乳 小麦 そば 落花生 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 くるみ カシューナッツ オレンジ キウイフルーツ ばなな もも りんご まつたけ やまいも

2. 献立名の黒丸(●)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ゲンを表示しています。
 ※除去食の対応アレルゲンは下記の6品目です。除去食の提供はアレルゲン6品目を含む
 和え物(サラダ、フルーツ和えを含む)などです。

除去食対応アレルゲン6品目	卵 乳 えび かに いか たこ
---------------	-----------------

- 加工食品は、原材料や調味料ではなく、アレルゲンのみを表示している場合もあります。
- 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、アレルゲンを表示しています。その日以降は表示していませんが、アレルゲンは同じです。
- 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。
- あさりなどの二枚貝には「かに」が共生しています。
- 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。
- 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、でんぷんを使用する場合があります。
 ※毎週木曜日は幼稚園欠食です。

日	献立名	赤の食品 (血や肉、骨を作る)	黄の食品 (熱や力になる)	緑の食品 (体の調子を整える)	調味料
6日 (木) 子どもの日 献立	牛乳	牛乳			
	たけのこごはん	鶏肉、大豆、白かまぼこ	米、押し麦、大豆油	たけのこ、しいたけ、人参、ねぎ	かつお節、しょうゆ(小麦・大豆)、塩、酒
	白菜チリメン和え	刻みこんぶ、しらす干し	三温糖、白ごま	人参、白菜	しょうゆ、塩、酢(小麦)
	こいのぼりハンバーグ	鶏肉、豚肉、植物性たん白(大豆)	豚脂(豚)、砂糖、でん粉	たまねぎ、にんにくペースト、しょうがペースト	食塩
	ミニかしわ餅	小豆	上新粉、砂糖、水あめ、麦芽糖		食塩
7日 (金) 越来小 欠食	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米、麦		
	マーボー冬瓜	豆腐(大豆)、豚ひき肉、赤みそ(大豆)、白みそ(大豆)	ごま油(ごま・大豆)、でん粉、三温糖	冬瓜、人参、玉ねぎ、ピーマン、にら、しいたけ、しょうが、にんにく	テンメンジャン(大豆・ごま・小麦)みりん、塩、豆板醤
	もやしナムル		ごま油、三温糖、すりごま	きゅうり、もやし、人参	しょうゆ、塩、酢
	餃子	豚肉	豚脂(豚)、でん粉、砂糖、小麦粉	キャベツ、たまねぎ、にら、しょうが	しょうゆ(小麦・大豆) 食塩
10日 (月)	牛乳	牛乳			
	カラフルピラフ	鶏肉、ベーコン(豚肉)	米、大豆油	にんにく、人参、玉ねぎ、あお豆(大豆)、ピーマン、赤ピーマン、コーン	白ワイン、塩、こしょう、しょうゆ、チキンブイヨン(鶏肉)
	●シーザーサラダ(乳)	ハム(豚肉・大豆・鶏肉)、粉チーズ(乳)	ノンエッグマヨネーズ(大豆)、クルトン(小麦・乳・大豆)、三温糖	キャベツ、コーン、小松菜、きゅうり、もやし	酢、塩、こしょう
	チキンのマーマレード焼き	鶏肉	マーマレード		塩、こしょう、しょうゆ、白ワイン、みりん

日	献立名	赤の食品 (血や肉、骨を作る)	黄の食品 (熱や力になる)	緑の食品 (体の調子を整える)	調味料
11日 (火)	牛乳	牛乳			
	あわごはん		米、もちきび		
	五目煮	鶏肉、角揚げ(大豆)、 結び昆布、大豆	三温糖、大豆油	しいたけ、人参、しょうが、大根、こんにゃく、あお豆(大豆)	かつお節、しょうゆ、みりん、塩
	おかか和え	糸けずり	三温糖	小松菜、きゅうり、もやし、人参	しょうゆ、塩、酢
	魚の照り焼き	さば	三温糖、水あめ	しょうが	しょうゆ、みりん、酒
12日 (水)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米、麦		
	八宝菜	豚肉、うずらの卵、なる と	大豆油、ごま油、でん 粉、三温糖	玉ねぎ、人参、白菜、 チンゲン菜、しょうが、 たけのこ、ヤングコーン、 にんにく	オイスターソース(大豆)、 しょうゆ、ポークフィヨン (鶏肉・豚肉)、塩
	荳わかめの酢の物	荳わかめ	ごま油(ごま・大豆)、 三温糖、白ごま	きゅうり、もやし、人 参	しょうゆ、塩、酢
春巻き	豚肉、大豆粉	小麦粉、水あめ、でん 粉、はるさめ、ラード、 砂糖、ショートニング、 植物油、大豆油	キャベツ、にんじん、 たまねぎ、しいたけエ キスパウダー、しょう がペースト、コーンフ ラワー	しょうゆ、ポークエキス(豚)、 食塩	
13日 (木)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	厚揚げのそぼろ煮	角揚げ(大豆) 鶏肉、豚 肉	大豆油、でん粉、三温糖	人参、玉ねぎ、大根、 小松菜、きくらげ、し いたけ、しょうが	かつお節、しょうゆ、みりん、塩
	大根のツナ和え	ツナ、わかめ	三温糖、白ごま	きゅうり、人参、大根	しょうゆ、りんご酢(りんご)
	五目厚焼き玉子	鶏卵、	でんぷん、砂糖、なたね 油	人参、グリーンピー ス、コーン、たけの こ、椎茸	だし汁(小麦・大豆)、しょうゆ (小麦・大豆) 食塩
14日 (金) 美里小 欠食	牛乳	牛乳			
	コッペパン		コッペパン(小麦・乳・ 大豆)		
	野菜のデミグラス ソース煮	鶏肉、白いんげん豆	じゃがいも、大豆油、三 温糖	セロリ、ブロッコ リー、マッシュルー ム、玉ねぎ、人参、大 根、にんにく	ウスターソース(りんご、大 豆)、ケチャップ、チキンフイ オン、デミグラスソース(小麦、 鶏肉)、トマトソース(大豆)、 塩、赤ワイン
	アーモンドサラダ	ハム(豚肉・大豆・鶏 肉)	アーモンド、三温糖、オ リーブ油	コーン、小松菜、人 参、大根	りんご酢、塩、しょうゆ
	魚のマスタード焼き	ホキ	ノンエッグマヨネーズ	パセリ缶	こしょう、粒入りマスタード、塩
17日 (月) 越来小 欠食	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	豚汁	豚肉、赤みそ(大豆)、 白みそ(大豆)、油揚げ (大豆)		ごぼう、こんにゃく、 ねぎ、人参、大根	かつお節、豚骨(豚)
	レンコン炒め	豚肉	白ごま、大豆油、三温糖	小松菜、しめじ、れん こん、玉ねぎ、人参、 にんにく	しょうゆ、みりん、塩、七味唐辛 子(ごま)、酒
	魚のシークワサー ソースかけ	さば	でん粉、三温糖	シークワサー果汁、 レモン果汁	りんご酢、酢

日	献立名	赤の食品 (血や肉、骨を作る)	黄の食品 (熱や力になる)	緑の食品 (体の調子を整える)	調味料
18日 (火)	牛乳	牛乳			
	チーズリゾット	チーズ(乳)、ベーコン(豚肉)、牛乳	米、大豆油	エリンギ、しめじ、マッシュルーム、玉ねぎ、人参、パセリ缶	こしょう、チキンブイヨン、ポークブイヨン、塩
	ほうれん草のソテー	ベーコン(豚肉)	大豆油	えのき、コーン、ほうれん草、人参、赤ピーマン	こしょう、塩
	ハンバーグのソースがけ	豚肉、鶏肉、粒状植物性たん白(大豆)	豚脂(豚)、でん粉、三温糖、油、砂糖	きゅうり、マッシュルーム、玉ねぎ	ウスターソース、ケチャップ、デミグラスソース、酢、食塩、ポークエキス(豚)、チキンブイヨン(鶏)
	くだもの(中のみ)			オレンジ(予定)	
19日 (水)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん	もずく 井	米、麦		
	もずく炒め		豚肉、もずく	ごま油、大豆油、でん粉、三温糖	コーン、小松菜、玉ねぎ、人参、にんにく
	みそけんちん汁	赤みそ(大豆)、麦みそ(大豆)	さといも	ごぼう、玉ねぎ、人参、大根、長ねぎ	かつお節、塩
チキアギ	糸より、スケソウダラ	砂糖、でん粉、なたね油	キャベツ、枝豆(大豆)コーン、人参、玉ねぎ	食塩	
20日 (木)	牛乳	牛乳			
	あわごはん		米、もちきび		
	肉じゃが	豚肉	じゃがいも、大豆油、三温糖	しいたけ、しょうが、にら、玉ねぎ、糸こんにゃく、人参	かつお節、しょうゆ、みりん、塩、酒
	らっきょう和え	糸けすり	三温糖、砂糖	きゅうり、らっきょう、人参、大根	しょうゆ、食塩、酢
	いわしの甘露煮	いわし、寒天	砂糖、でん粉、水あめ、		しょうゆ(小麦・大豆)、酢、みりん、かつおぶしエキス
21日 (金)	牛乳	牛乳			
	黒糖パン		黒糖パン(小麦、乳、大豆)		
	コーンスープ	鶏肉	でん粉	えのき、コーン、クリームコーン、しめじ、チンゲン菜、人参	かつお節、しょうゆ、ポークブイヨン(鶏肉、豚肉)、塩、こしょう
	ブロッコリーサラダ	とりささみ	アーモンド、三温糖	キャベツ、きゅうり、コーン、ブロッコリー、人参	しょうゆ、りんご酢、塩、酢
	くるま麩と鶏肉のナゲット	鶏肉	麩(小麦)、なたね油、大豆油	おろしにんにく	しょうゆ(小麦・大豆)食塩、こしょう
24日 (月) コザ小 美里小 越来中 欠食	牛乳	牛乳			
	スパゲティボンゴレ	あさり、ベーコン(豚肉)	スパゲティ(小麦)、大豆油	しめじ、ピーマン、マッシュルーム、玉ねぎ、赤ピーマン、パセリ缶、にんにく	塩、白ワイン、こしょう
	野菜のソテー	豚肉	大豆油	キャベツ、エリンギ、玉ねぎ、人参、にんにく	塩、しょうゆ、こしょう
	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、大豆油、でん粉、植物油	キャベツ、玉ねぎ	食塩、小麦不使用しょうゆ(大豆)、食塩

日	献立名	赤の食品 (血や肉、骨を作る)	黄の食品 (熱や力になる)	緑の食品 (体の調子を整える)	調味料
25日 (火)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	冬瓜のすまし汁	豆腐(大豆)、鶏肉、わかめ		冬瓜、ねぎ、人参	かつお節、しょうゆ、塩
	もやしのごま和え		三温糖、白ごま	きゅうり、コーン、小松菜、もやし、人参	しょうゆ、塩、酢
	玉子と豆腐しんじょうのあんかけ	鶏卵、魚肉すり身(魚介類)、豆腐(大豆)	小麦粉、でん粉、三温糖、植物油脂	にんじん、グリーンピース	魚介エキス(えび・カニ・小麦・大豆)しょうゆ(小麦・大豆)かつおだし、しょうゆ、みりん、塩
	くだもの(小のみ)			オレンジ(予定)	
26日 (水)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米、麦		
	ポークカレー	豚肉、脱脂粉乳、豚レバー、ひきわり大豆	じゃがいも、大豆油、マーガリン(乳、大豆)、小麦粉	あお豆(大豆)、かぼちゃ、セロリ、にんにく、ピーマン、玉ねぎ、人参、ブルーベリー、リンゴピューレ(りんご)	カレールウ(小麦、大豆、鶏肉、牛肉)、ケチャップ、デミグラスソース(小麦、鶏肉)、塩、赤ワイン、豚骨、チキンブイヨン、ウスターソース、カレー粉
	フルーツミックス			アロエ、シークァーサー果汁、ナタデココ、パイン缶、みかん缶、黄桃缶(もも)	
	カットコーン			カットコーン	
27日 (木)	牛乳	牛乳			
	クファージュシー	ひじき、豚肉、白かまぼこ、油揚げ(大豆)	米、大豆油	ごぼう、しいたけ、たけのこ、ねぎ、人参	かつお節、しょうゆ、みりん、塩、酒
	梅肉和え	糸けすり	三温糖	きゅうり、もやし、人参、大根、梅肉(りんご、大豆)	酢、しょうゆ
	いわしのおかか煮	いわし	さとう、でん粉		しょうゆ(小麦・大豆)みりん、塩、かつお節
28日 (金)	牛乳	牛乳			
	なかよしパン		なかよしパン(小麦、乳、大豆)		
	ベジタブルスープ	鶏肉	じゃがいも、大豆油、でん粉	あお豆(大豆)、セロリ、玉ねぎ、人参、にんにく、パセリ缶	しょうゆ、チキンブイヨン、トマトソース、塩、こしょう
	ビーンズサラダ	ガルバンゾー、マローファットピース、レッドキドニー、ひよこ豆	ノンエッグマヨネーズ、三温糖、植物油脂	キャベツ、きゅうり、コーン、人参、コーンパウダー、玉ねぎ、コーン、にんじんエキス、ブルーベリー、レモン果汁	こしょう、塩、酢
	オムレツのトマトソースかけ	卵(大豆・卵)、ゼラチン	でん粉、大豆油、三温糖	マッシュルーム、玉ねぎ	食塩、ウスターソース、ケチャップ、トマトソース
	イチゴミックスジャム		水あめ、砂糖	イチゴ果実、りんご果実(りんご)	
31日 (月)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	豚バラと角揚げのみそ煮	豚肉、角揚げ(大豆)、赤みそ(大豆)、白みそ(大豆)	大豆油、でん粉、三温糖	こんにゃく、しょうが、冬瓜、人参	かつお節、しょうゆ、みりん
	小松菜のお浸し	糸けすり	三温糖	小松菜、もやし、人参	しょうゆ、みりん、酢
	いわしの梅香揚げ	いわし	パン粉(小麦)、小麦粉、米粉、大豆油	梅肉、しそ	食塩