

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(義務表示)7品目	特定原材料に準ずるもの(推奨表示)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 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7品目です。除去食の提供はアレルゲン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)・汁物などです。

除去食対応アレルゲン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、アレルゲン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。月はじめて使用した日のみ、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。
- 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。
 ※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のになる)</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			
	大豆入りたきこみごはん	豚肉,大豆,油揚げ(大豆),ひじき	米,大麦,大豆油	人参,ねぎ,椎茸	花かつお,うす口しょうゆ(小麦、大豆),本みりん,酒,塩
	ごぼうサラダ 	ツナ	ノンエッグマヨネーズ, さとう	ごぼう,パクチョイ,きゅうり,人参	濃口醤油(小麦、大豆),酢(小麦),塩
	やきぐりコロッケ 		焼き栗コロッケ(小麦、大豆),大豆油		
2日 (金)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	中身汁	豚中身,豚もも肉	こんにゃく	ねぎ,しょうが,椎茸	豚骨(豚肉),花かつお,濃口醤油,本みりん,塩
	モーウイのシークワサーあえ	ツナ	さとう	モーウイ,人参,キャベツ,シークワサー果汁	うす口しょうゆ,酢,塩
トーチ行事食	まぐろのうっちゃんやき	まぐろ	さとう		塩,うっちゃん粉,濃口醤油,酒,本みりん
5日 (月)	牛乳	牛乳			
	むぎごはん		米,大麦		
	キーマカレー 	牛肉,豚肉,豚レバー,大豆	大豆油,小麦粉(小麦)	人参,たまねぎ,赤パプリカ,黄パプリカ,ほうれん草,にんにく,ウーシパウダー,ブルーネ	豚骨(豚肉),ウスターソース,カレー粉,カレールウ(小麦、大豆、りんご),カレーフレーク(小麦、大豆、鶏肉、牛肉),塩
	プレーンオムレツ	エルオムレツプレーン(卵、大豆、ゼラチン)			
	くだもの			りんご(予定)	

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
6日 (火)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	おきなわみそしる	沖縄豆腐(大豆),無添加ポーク(豚肉、鶏肉),豚肉,赤みそ(大豆),白みそ(大豆)		へちま,とうがん,人参,もやし,ねぎ	花かつお,塩
	ひじきのいために	ひじき,豚肉,大豆,油揚げ(大豆)	こんにゃく,大豆油,さとう	人参,にら	濃口醤油,本みりん,塩,花かつお
さばの塩焼き	さば			塩,酒	
7日 (水)	牛乳	牛乳			
	ポロポロシューシー	ツナ	米,大麦,大豆油	人参,とうがん,椎茸,カンダバー	豚骨(豚肉),花かつお,うす口しょうゆ,塩
	タマナーチャンプルー	豚肉,厚揚げ(大豆)	大豆油	キャベツ,人参,もやし	濃口醤油,塩
いも天ぷら 		さつまいも天ぷら(小麦),大豆油			
8日 (木)	牛乳	牛乳			
	コッペパン		コッペパン(小麦,乳,大豆)		
	ABCマカロニスープ	無添加ベーコン(豚肉)	じゃがいも,大豆油,ABCマカロニ(小麦)	たまねぎ,人参,セロリ,トマト	おろしにんにく,豚骨(豚肉),ローリエ,チキンブイヨン(鶏肉),トマトソース(大豆),トマトピューレ,塩,こしょう
	ビーンズサラダ	ひよこ豆,青えんどう豆,赤いんげん豆,ツナ	オリーブ油,さとう	キャベツ,人参,きゅうり,コーン,シークワサー果汁	濃口醤油,酢,塩
車ふととり肉のナゲット	くるま麩と鶏肉のナゲット(小麦,鶏肉,大豆)				
9日 (金)	牛乳	牛乳			
	ゆかりごはん		米		ゆかり
	けんちんじる	沖縄豆腐(大豆)	こんにゃく,里芋,ごま油	人参,椎茸,大根,ごぼう,長ねぎ	花かつお,だし昆布,うす口しょうゆ,酒,塩
	お月見うさぎのハンバーグ 	うす味うさぎ型ハンバーグ(大豆,鶏肉,豚肉)			
みだみたらしだんご		白玉もち,さとう,でん粉		濃口醤油,本みりん	
12日 (月)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	マーボーじゃが	豚肉,豚レバー,大豆,麦みそ(大豆),赤みそ(大豆)	じゃがいも,大豆油,さとう,ごま油,でん粉	人参,たまねぎ,しょうが,にんにく,にら,木くらげ	豚骨(豚肉),テンメンジャン(小麦,大豆),オイスターソース,塩
	●バンウースー(たまご卵)	錦糸卵(卵)	春雨,さとう,ごま油	もやし,人参,きゅうり	濃口醤油,酢,塩
やきぎょうざ	国産豚肉の餃子(小麦,大豆,豚肉)				
13日 (火)	牛乳	牛乳			
	クファージュシー	豚肉,昆布,チキアギ(大豆)	米,大麦,大豆油	人参,ねぎ,椎茸	ポークブイヨン(鶏肉,豚肉),花かつお,濃口醤油,うす口しょうゆ,本みりん,酒,塩
	黄金いものサラダ	無添加ハム(豚肉,大豆)	黄金芋,ノンエッグマヨネーズ,さとう	きゅうり,レーズン	塩
厚揚げのきのこあんかけ	厚揚げ(大豆)	さとう,でん粉	しめじ,たまねぎ	濃口醤油,本みりん,酒,花かつお	

ねん じゅうご ちや がつ とお か
2022年の十五夜は9月10日です。

 つき み だん こ
月見団子

まんげつ みた まる だんご
満月に見立てた丸い団子を15
こ そな かず かたち ち
個お供えます。数や形は地
いし
域によってさまざまです。



 さと りょう り
里いも料理

じゅうご ちや べつめい いちめいげつ
十五夜は別名で「芋名月」ともいい、
さと りょう り
里いもをお供えしたり、「きぬかつ
ぎ」などの里いも料理を食べる風
しゅう
習があります。



きぬかつぎ

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のになる)	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) 泡瀬小 5年 欠食	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	につけ	豚肉,厚揚げ(大豆),結 び昆布	こんにゃく,さとう,大豆 油	大根,人参,小松菜,椎茸,い んげん,しょうが	花かつお,濃口醤油,本みりん,酒,塩
	なっとうみそ	挽きわり納豆(大豆), ツナ,糸けずり,麦みそ (大豆)	さとう,大豆油	ねぎ	本みりん
	やしししゃも	ししゃも			
15日 (木) 泡瀬小 5年 欠食	牛乳	牛乳			
	コッペパン		コッペパン(小麦、乳、 大豆)		
	まめとこくもつのスープ	鶏肉,えんどう,ひよこ豆, レンズ豆,大豆,あずき	押麦,もち麦,玄米,赤米,た かきび	人参,キャベツ,えのきた け,コーン	豚骨(豚肉),ローリエ,チキンブ イヨン(鶏肉),うす口しょうゆ, 塩,こしょう
	ブロッコリーとしめじのソテー	無添加ウインナー(豚 肉)	大豆油	ブロッコリー,しめじ,た まねぎ,赤パプリカ	おろしにんにく,濃口醤油,塩,こ しょう
	肉だんご	うす味たれ付き肉団子 (大豆、鶏肉、豚肉)			
16日 (金) 食育の日 (19日) よせて 泡瀬小 5年 欠食	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	魚汁	赤魚,沖縄豆腐(大豆), 赤みそ(大豆),白みそ (大豆)		とうがん,長ねぎ	花かつお
	パパイアとパインのあえもの	無添加ハム(豚肉、大 豆)	さとう	パパイア,パイナップル, 人参,きゅうり	うす口しょうゆ,酢,イタリアンド レッシング,塩
	県産あつやきたまご	厚焼きたまご(卵、小 麦、大豆)			
20日 (火) 泡瀬小 5年 欠食	牛乳	牛乳			
	ミートスパゲティ	豚肉,牛肉,豚レバー,大豆	スパゲティ(小麦),さ とう,大豆油	人参,たまねぎ,セロリー, ピーマン,にんにく,マッ シュルーム,トマト	ケチャップ,トマトピューレ,ミー トソース(小麦、豚肉、大豆),ウ スターソース,塩
	アーモンド入りサラダ	ツナ	アーモンド,さとう,オ リーブ油	モウイ,きゅうり,小松 菜,人参	うす口しょうゆ,酢,塩
	国産やさいコロッケ		5種の国産野菜コロッケ (小麦、大豆),大豆油		
21日 (水) 比屋根小 6年 欠食	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	もずくのすましじる	もずく,沖縄豆腐(大 豆)		人参,えのきたけ,たまね ぎ	花かつお,だし昆布,うす口しょう ゆ,塩
	五目煮	鶏肉,チキアギ(大豆)	こんにゃく,大豆油,さ とう	人参,椎茸,大根,いんげん, しょうが	花かつお,濃口醤油,本みりん,酒,塩
	魚のうめみそやき	ホキ,甘白みそ(大 豆)	さとう	梅肉(りんご、大豆)	おろししょうが,酒,本みりん
22日 (木) 比屋根小 6年 欠食	牛乳	牛乳			
	秋の香りごはん	油揚げ(大豆),豚肉	米,大麦,くり,大豆油	しめじ,椎茸,人参,ねぎ	花かつお,チキンブイヨン(鶏 肉),うす口しょうゆ,本みりん,酒, 塩
	●れんこんのごまあえ (ごま)	ちくわ	ノンエッグマヨネーズ, さとう,ごま	小松菜,人参,れんこん, きゅうり	濃口醤油,塩
	とり肉のてりやき	鶏肉	水あめ,さとう		濃口醤油,本みりん,おろしにんに く,おろししょうが

毎日の給食時間の校内放送(給食一口メモ)では、給食の食材や行事食についてなど
いろいろ伝えているからきいてね～。食べ物のことを知ると、食べることがもっと楽しくなるよ～



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のになる)</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
26日 (月)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	牛丼の具	牛肉	こんにゃく, さとう, 大豆油	たまねぎ, 人参, ピーマン, たけのこ, 椎茸	酒, おろししょうが, 濃口醤油, 本みりん, 塩, 花かつお
	具だくさんみそしる	沖縄豆腐(大豆), わかめ, 赤みそ(大豆), 白みそ(大豆)	さつまいも	もやし, たまねぎ, 人参, しめじ	花かつお, 塩
欠食	くだもの		なし(予定)		
27日 (火)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	とうがんじる	鶏肉		とうがん, 人参, 小松菜, ねぎ, しょうが, 椎茸	花かつお, だし昆布, うす口しょうゆ, 酒, 塩
	やさしいため	無添加ポーク(豚肉, 鶏肉)	大豆油	キャベツ, たまねぎ, もやし, 人参, ピーマン	濃口醤油, オイスターソース, 塩
欠食	さばのカレーふうみやき	さば	さとう	カレー粉, 濃口醤油, 本みりん, 酒, おろししょうが	
28日 (水)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	ぶた肉とまめのにこみ	豚肉, ひよこ豆, 青えんどう豆, 赤いんげん豆	じゃがいも, さとう, でん粉, 大豆油	人参, マッシュルーム, たまねぎ, ブロッコリー, セロリー	おろしにんにく, ポークフィヨン(鶏肉, 豚肉), 赤ワイン, トマトソース(大豆), トマトケチャップ, デミグラスソース(小麦, 鶏肉), ウスターソース, 塩, こしょう
	具入りオムレツ	エルオムレツ具入り(卵, 小麦, 大豆, セラチン)			
欠食	アロエ入りミックスフルーツ		みかん缶詰, 黄桃缶詰(もも), パイン缶詰, アロエ, オレンジ果汁100%ジュース(オレンジ)		
29日 (木)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	あさりの赤だしじる	むきあさり, 沖縄豆腐(大豆), 赤だし(大豆, 鶏肉) わかめ		えのきたけ, 長ねぎ	花かつお, だし昆布
	角切り切干大根いため	ツナ	大豆油, さとう	切干大根, からし菜, 人参, いんげん	ポークフィヨン(鶏肉, 豚肉), 濃口醤油, 本みりん, 塩, 花かつお
欠食	ちくわのいそべやき	ちくわ, 豆乳(大豆), 青のり	ノンエッグマヨネーズ		
30日 (金)	牛乳	牛乳			
	にこみうどん	鶏肉, 油揚げ(大豆)	うどん(小麦), 大豆油, さとう	小松菜, 人参, たまねぎ, 長ねぎ, 椎茸	花かつお, 濃口醤油, 本みりん, 酒, 塩
	●かぼちゃサラダ(乳)	無添加ハム(豚肉, 大豆), チーズ(乳)	ノンエッグマヨネーズ, さとう	かぼちゃ, きゅうり	酢, 塩
欠食	きびなごのからあげ	きびなご	でん粉, 大豆油	塩, こしょう, ガーリックパウダー	

夏の疲れを吹き飛ばそう!

暦の上では秋になりますが、残暑きびしい日が続いています。夏の疲れも出やすい時期です。食事と睡眠をしっかりとるよう心がけましょう。よく知っていると思いますが、**成長期のみなさん**には「早寝・早起き・朝ごはん」がとても大切です。みなさんの成長を給食センターから応援しています!



《揚げ物料理名(揚げ油の使用回数)》

- 9月1日(木) やきぐりコロッケ(②)
- 9月7日(水) いも天ぷら(③)
- 9月20日(火) 国産やさいコロッケ(④)
- 9月30日(金) きびなごのからあげ(⑤)

※揚げ油①は揚げパンで、小学校と中学校で8月26日と30日の2日間になっています。

日	献立名	赤の食品 <small>(おもに体をつくるもとになる)</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とになる)</small>	調味料
---	-----	--	---	---	-----

