令和4年4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3調理場
098-989-1324

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

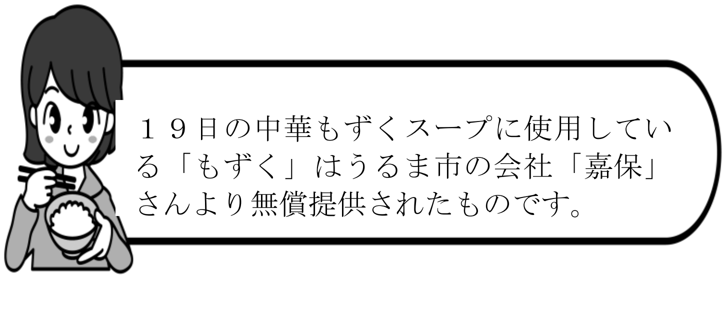
2.献立名の黒丸印（●）は、食物アレルギー除去食対応児童生徒へ除去食の提供があります。
（　　）内の食品は対応アレルゲンを表示しています。
※除去食の対応アレルゲンは下記の7品目です。除去食の提供はアレルゲン7品目を含む
和え物（サラダ、フルーツ和えを含む）・炒め物・煮物（カレー・シチュー麺類を含む）・汁物などです。

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。
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。
※高原幼稚園、比屋根幼稚園、美東幼稚園、泡瀬幼稚園は4月の給食提供はありません。

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
8日 (金) 小学校1年生は給食なしです	牛乳	牛乳			
	麦ごはん（カレーライス）		米,大麦		
	ポークカレー（カレーライス）	豚肉,白花豆　白いんげん豆	大豆油,じゃがいも,小麦粉（小麦）	人参,たまねぎ,かぼちゃ,ピーマン,にんにく,プルーン	豚骨（豚肉）,ウージパウダー,トマトケチャップ,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
	くるま麩と鶏肉のナゲット	くるま麩と鶏肉のナゲット(小麦、鶏肉、大豆)			
	フルーツ白玉ミックス		白玉だんご（大豆）,マスカットゼリー	ぶどう,ナタデココ,みかん,黄桃（もも）	
11日 (月)	牛乳	牛乳			
	ケチャップライス	豚肉,無添加ベーコン（豚肉）	米,大麦,大豆油	人参,たまねぎ,しめじ,コーン,トマトジュース	チキンブイヨン（鶏肉）,トマトケチャップ,トマトソース（大豆）,塩,パセリ
	南瓜のサラダ	無添加ハム（豚肉、大豆）	ノンエッグマヨネーズ,さとう	きゅうり,人参,かぼちゃ,あお豆（大豆）	酢（小麦）,塩
	鶏肉の照り焼き	鶏肉	水あめ,さとう		濃口醤油（小麦、大豆）,本みりん,おろしにんにく,おろししょうが
12日 (火)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	油みそ	麦みそ（大豆）,ツナ,豚肉,糸けずり	大豆油,さとう	生姜,ねぎ	本みりん
	いり鶏	鶏肉,厚揚げ（大豆）	こんにゃく,さとう	人参,大根,ごぼう,れんこん,椎茸,さやいんげん	花かつお,濃口醤油,うす口しょうゆ（小麦、大豆）,本みりん,酒,塩
	さつま芋の天ぷら		さつまいも天ぷら（小麦）,大豆油		

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
13日(水)	牛乳	牛乳			
	わかめごはん	わかめ	米,大麦,さとう		塩
	冬瓜のすまし汁	鶏肉,白かまぼこ		えのきたけ,とうがん,人参,生姜,ねぎ	花かつお,だし昆布,濃口醤油,うす口しょうゆ,酒,塩
	野菜のおかか和え	ちくわ,糸けずり	さとう	小松菜,もやし,きゅうり,人参,コーン	濃口醤油,酢
	国産豚肉のコロッケ		国産豚肉のコロッケ（小麦、大豆、豚肉）,大豆油		
14日(木)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	とうふのみそ汁	油揚げ（大豆）,豆腐（大豆）,麦みそ（大豆）,白みそ（大豆）		人参,大根,ねぎ	花かつお,だし昆布,塩
	さばの塩麹焼き	さば			塩こうじ
	野菜の甘酢和え	ツナ,ひじき,ちくわ	さとう	小松菜,きゅうり,白菜,大根,人参,もやし,シークヮーサー果汁	酢,塩
15日(金)	牛乳	牛乳			
	むぎごはん		米,大麦		
	肉じゃが	豚肉	じゃがいも,こんにゃく,さとう,大豆油	人参,たまねぎ,グリンピース,椎茸	濃口醤油,本みりん,酒,おろししょうが,うす口しょうゆ,花かつお,塩
	いわしの甘露煮	いわし甘露煮（小麦、大豆）			
	大根とわかめの酢の物	わかめ,しらす干し	さとう	大根,人参,きゅうり,シークヮーサー果汁	酢,塩
18日(月)	牛乳	牛乳			
	クファジューシー	豚肉,昆布,チキアギ（大豆）,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
	チキアギ	野菜コロ天			
	パイン入りサラダ		さとう,オリーブ油	きゅうり,キャベツ,人参,コーン,パイナップル,シークヮーサー果汁	酢,塩
19日(火)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	中華もずくスープ	鶏肉,もずく	でん粉,ごま油	人参,とうがん,長ねぎ,椎茸,生姜	豚骨（豚肉）,チキンブイヨン（鶏肉）,うす口しょうゆ,塩
	春巻き	春巻（小麦,大豆,豚肉）	大豆油		
	バンウースー	無添加ハム（豚肉、大豆）	春雨,さとう,ごま油	人参,きゅうり,コーン	濃口醤油,酢,塩
20日(水)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	豚肉と大根の煮つけ	豚肉,厚揚げ（大豆）	こんにゃく,さとう,ごま油	人参,大根,生姜,椎茸,あお豆（大豆）	濃口醤油,酒,花かつお,うす口しょうゆ,本みりん,塩
	さばのねぎあんかけ	さば	さとう,でん粉	長ねぎ	濃口醤油,本みりん,酒,おろししょうが,花かつお
	タンカンドレッシングサラダ	ツナ	オリーブ油,さとう	きゅうり,小松菜,人参,キャベツ,大根	酢,タンカンドレッシング（小麦、大豆、ゼラチン）,塩

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
21日(木)	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）,オリーブ油,大豆油,さとう	人参,たまねぎ,マッシュルーム,セロリー,ピーマン,トマト缶	おろしにんにく,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
	まぐろやわらかカツ	県産まぐろフライ（小麦、大豆）	大豆油		
	コーンとブロッコリーのサラダ	ツナ	オリーブ油,さとう	きゅうり,人参,大根,ブロッコリー,コーン,シークヮーサー果汁	人参ドレッシング（オレンジ、大豆、りんご）,酢
22日(金)	牛乳	牛乳			
	むぎごはん 牛丼		米,大麦		
	牛丼（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
	里芋のみそ汁	油揚げ（大豆）,麦みそ（大豆）,白みそ（大豆）	里芋	大根,人参,小松菜,えのきたけ	花かつお,だし昆布,塩
	くだもの			（かんきつ類ー清美みかんなど）	
25日(月)	牛乳	牛乳			
	大豆入り炊き込みご飯	豚肉,大豆,油揚げ（大豆）,ひじき	米,大麦,大豆油	人参,ねぎ,ごぼう,椎茸	花かつお,うすロしょうゆ,本みりん,酒,塩
	キャベツの和え物	ちくわ	さとう	キャベツ,人参,大根,きゅうり	ゆかり,酢,塩
	ししゃもフライ	子持ちししゃもフライ（小麦、大豆）	大豆油		
26日(火)	牛乳	牛乳			
	むぎごはん		米,大麦		
	豚汁	豚肉,油揚げ（大豆）,麦みそ（大豆）,白みそ（大豆）	じゃがいも	たまねぎ,人参,長ねぎ,ごぼう	花かつお,だし昆布,酒,本みりん
	パパイヤイリチー	ツナ,無添加ベーコン（豚肉）,チキアギ（大豆）	こんにゃく,大豆油	パパイア,人参,キャベツ,たまねぎ,にら	ポークブイヨン（鶏肉、豚肉）,濃口醤油,塩
	豆腐の薬味ソースがけ	厚揚げ（大豆）	さとう,ごま油,でん粉	長ねぎ	おろししょうが,濃口醤油,酒,本みりん,酢
27日(水)	牛乳	牛乳			
	バーガーパン ハンバーガー		バーガーパン（小麦、乳、大豆）		
	ハンバーグ デミグラスソースがけ	ハンバーグ（大豆、鶏肉、豚肉）	さとう,でん粉		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,濃口醤油
	コールスローサラダ		ノンエッグマヨネーズ,オリーブ油,さとう	人参,キャベツ,きゅうり,大根,ごぼう,コーン	コーンクリーミードレッシング,酢,塩
	ジュリエンヌスープ	無添加ベーコン（豚肉）	じゃがいも,オリーブ油	人参,たまねぎ,大根,セロリー,えのきたけ	豚骨（豚肉）,チキンブイヨン（鶏肉）,パセリ,白ワイン,こしょう,塩
28日(木)	牛乳	牛乳			
	煮込みうどん	鶏肉,油揚げ（大豆）	冷凍うどん（小麦）,さとう	はくさい,人参,長ねぎ,椎茸,しょうが	花かつお,濃口醤油,本みりん,酒,塩
	ちくわのマヨネーズ焼き	ちくわ,脱脂粉乳（乳）,牛乳（乳）,生クリーム（乳）,青のり	ノンエッグマヨネーズ		
	塩昆布としらすのあえもの	塩こんぶ（大豆、小麦）,しらす干し	ごま油,さとう	人参,大根,キャベツ,きゅうり	うすロしょうゆ,酢
	沖縄パインゼリー		パインゼリー		

＊揚げ物料理名（揚げ油の使用回数）
4月１２日　さつま芋の天ぷら（①）
4月１３日　国産豚肉のコロッケ（②）
4月１９日　春巻き（③）
4月２１日　まぐろやわらかカツ（④）
4月２５日　ししゃもフライ（⑤廃油）