

令和6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(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ゲン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・ご飯物などです。

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、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
9日 (火)	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	むぎ 麦ごはん		米 大麦		
	ポークカレー	豚肉	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 ウージパウダー ブルーン	豚骨(豚肉) ウスターソース カレー粉 マドラスカレー(小麦、りんご) カレールウ(小麦、大豆、鶏肉、牛肉) 塩
	くるま ^ふ と ^{とり} く ^{にく} 鶏肉のナゲット	鶏肉	麩(小麦、大豆) なたね油		米発酵調味料 しょうゆ(小麦、大豆) 食塩 おろしにんにく こしょう
新年度 給食 開始	ふくじんあ 福神和え			キャベツ 人参 福神漬	
	いわい お祝いちごゼリー	豆乳加工食品(大豆)	砂糖 水あめ	いちご いちご果汁	砂糖・ぶどう糖果糖液糖 ぶどう糖
10日 (水)	牛乳	牛乳			
	いろいろピラフ	鶏肉 無添加ウインナー(豚肉)	米 大麦 サラダ油(大豆)	人参 たまねぎ 赤ピーマン グリンピース コーン マッシュルーム にんにく	チキンスープ(鶏肉) 白ワイン 塩 こしょう
	やさしい 野菜コロッケ	大豆粉(大豆)	ばれいしょ 大豆油 小麦粉(小麦) 植物油脂(大豆) 砂糖 パン粉(小麦、大豆) でんぷん	にんじん かぼちゃ たまねぎ 黒えだまめ(大豆)	香辛料 ミルポワ 食塩 乳化剤 ビロリン酸鉄
	たんかんどレッシングサラダ	ツナ	オリーブオイル 三温糖	大根 キャベツ きゅうり 人参	タンカンドレッシング(小麦、大豆、ゼラチン)
小学校 1年生 給食 開始	いわい お祝いちごゼリー <small>(しょうがっこう ねんせい 小学校 1年生のみ)</small>	豆乳加工食品(大豆)	砂糖 水あめ	いちご いちご果汁	砂糖・ぶどう糖果糖液糖 ぶどう糖

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
11日 (木)	牛乳	牛乳			
	むぎ 麦ごはん		米 大麦		
	に 煮つけ	豚肉 厚揚げ(大豆) 結び昆布	三温糖 サラダ油(大豆)	大根 人参 小松菜 椎 茸 こんにゃく さやい んげん 生姜	花かつお うす口しょうゆ(小 麦、大豆) 濃口醤油(小麦、 大豆) 本みりん 酒 塩
	い しろ レバー入り白ごまつくね	鶏肉 鶏レバー(鶏肉) 粒状大豆たん白(大豆)	白ごま パン粉(小麦) 砂糖 でん粉 植物油脂 (大豆) 豚脂(豚肉) なたね油	たまねぎ	食塩 香辛料 みりん こしょ う しょうゆ(小麦、大豆) 果糖ぶどう糖液糖 醸造酢(小 麦)
あぶら 油みそ	麦みそ(大豆) ツナ	サラダ油(大豆) 三温 糖	ねぎ	本みりん	
12日 (金)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	じゃがいものみそ汁	わかめ 赤みそ(大豆) 白みそ(大豆)	じゃがいも	たまねぎ 人参 しめじ 長ねぎ	花かつお だし昆布
	さばの塩焼き	さば			塩 酒
ひじきの炒め煮	ひじき 豚肉 チキアギ (大豆) 大豆	サラダ油(大豆) 三温 糖	人参 切干大根 こんにゃく なら	濃口醤油 本みりん 塩 花か つお	
15日 (月)	牛乳	牛乳			
	スパゲティナポリタン	無添加ベーコン(豚肉) 無添加ウインナー(豚 肉)	スパゲティ(小麦) サ ラダ油(大豆) 三温糖	たまねぎ 人参 ピーマ ン にんにく マッシュ ルーム	トマトケチャップ トマトソー ス(大豆) トマトピューレ ウスターソース こしょう 塩
	ササミカツ	ささみ(鶏肉) 大豆粉 (大豆)	パン粉(小麦、大豆) でん粉 植物油脂 大豆 油 小麦粉(小麦)		食塩 香辛料
アーモンド入りサラダ	ツナ	アーモンド 三温糖 オ リーブオイル	大根 きゅうり 小松菜 人参	うす口しょうゆ 酢(小麦) 塩	
16日 (火)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	こんさいじる 根菜汁	鶏肉	ごま油	大根 人参 ごぼう れ んこん 長ねぎ	花かつお だし昆布 うす口 しょうゆ 酒 塩
	いわしの甘露煮	いわし 寒天	水あめ 還元水あめ で ん粉 砂糖		醤油(大豆、小麦) みりん かつおぶしエキス(小麦、大 豆) 醸造酢
やさしいた 野菜炒め	無添加ポーク(豚肉、鶏 肉)	サラダ油(大豆)	キャベツ たまねぎ も やし 人参 ピーマン	濃口醤油 塩	
17日 (水)	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 サラダ油 (大豆) ABCマカロ ニ(小麦)	たまねぎ 人参 セロ リー	おろしにんにく 豚骨(豚肉) チキンスープ(鶏肉) トマト ソース(大豆) トマトピュー レ 塩 こしょう
	とりにく 鶏肉のバジル焼き	鶏肉	三温糖	バジル	塩 濃口醤油 酒 おろしにん にく
フルーツナタデココ			みかん 黄桃(もも) パインアップル りんご ナタデココ		

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
18日 (木)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	まーぼーだいこん 麻婆大根	豚肉 豚レバー(豚肉) 豆腐(大豆) 赤みそ (大豆)	サラダ油(大豆) 三温 糖 ごま油 でん粉	大根 人参 たまねぎ 生姜 にんにく にら 木くらげ 椎茸	ポークパイオン(鶏肉、豚肉) テンメンジャン(小麦、大豆) 塩
	や 焼きぎょうざ	豚肉	豚脂(豚肉) 小麦粉 (小麦) でん粉加工品 香味油(豚肉) 小麦た ん白(小麦) 砂糖	キャベツ たまねぎ に ら	しょうゆ(小麦、大豆) 食塩 しょうがペースト 香辛料 酵 母エキス
	くだもの			清見みかん(予定)	
19日 (金)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	チムシンジ	豚レバー(豚肉) 豚肉 赤みそ(大豆) 白みそ (大豆)	じゃがいも	人参 大根 にら にん にく	花かつお 豚骨(豚肉)
	チキアギ	イトヨリダイ エソ す けそうダラ	砂糖 トウモロコシでん 粉 馬鈴薯でん粉 菜種 油	キャベツ 人参 たまね ぎ	食塩
	パパイアのあもの 和え物	ツナ	三温糖	パパイア キャベツ 人 参 きゅうり	濃口醤油 酢 塩
22日 (月)	牛乳	牛乳			
	ひじきいたきこみごはん	豚肉 ひじき	米 大麦 サラダ油(大 豆)	人参 ねぎ 椎茸	花かつお うすろしょうゆ 本 みりん 酒 塩
	こも 子持ちししゃもフライ	カラフトシヤモ 大豆 たん白(大豆)	パン粉(小麦、大豆) 小麦粉(小麦) でん粉 (小麦) 大豆油		コーンフラワー 食塩
	きりほしだいこんあもの 切干大根の和え物	塩こんぶ(小麦、大豆) ツナ	三温糖	切干大根 きゅうり 人 参 小松菜 キャベツ	うすろしょうゆ 酢
	うまかつ(中学校のみ)	大豆 黒大豆 片口いわ し 昆布 アオサ粉	澱粉 植物油 砂糖 小 麦粉 ショートニング アーモンド ひまわりの 種 ごま 松の実 かほ ちゃの種		麦芽糖 食塩
23日 (火)	牛乳	牛乳			
	ジャンバラヤ	豚肉	米 大麦 サラダ油(大 豆)	人参 たまねぎ ピーマ ン マッシュルーム グ リンピース	ポークパイオン(鶏肉、豚肉) トマトケチャップ トマト ジュース うすろしょうゆ ウ スターソース 白ワイン チリ パウダー 塩
	や 焼きウインナー	豚肉 えんどう豆たん白	豚脂肪(豚肉) でん粉 砂糖		食塩 海藻粉末 香辛料
	ビーンズサラダ	ひよこ豆 青えんどう豆 赤いんげん豆 とりささ み(鶏肉)	ノンエッグマヨネーズ 三温糖	キャベツ 人参 きゅう り	濃口醤油 酢
24日 (水)	牛乳	牛乳			
	クファージュシー	豚肉 チキアギ(大豆) 昆布	米 大麦 サラダ油(大 豆)	人参 ねぎ 椎茸	ポークパイオン(鶏肉、豚肉) 花かつお 濃口醤油 本みりん 酒 塩
	やまいもとうふ 山芋入り豆腐ハンバーグ	豆腐(大豆) 魚肉すり 身 鶏肉 粉末状大豆た ん白(大豆)	山芋 大豆油 砂糖 で ん粉	たまねぎ にんじん 青 ねぎ れんこん	食塩 かつお風味調味料 香辛 料
	キャベツとチリメンのおかかあえ	チリメン 糸けすり	三温糖	キャベツ 大根 人参 きゅうり	うすろしょうゆ 酢 塩

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
25日 (木)	牛乳	牛乳			
	にこ煮込みうどん	豚肉 油揚げ (大豆)	冷凍うどん (小麦) サラダ油 (大豆) 三温糖	たまねぎ キャベツ ほうれん草 人参 長ねぎ 椎茸	花かつお 濃口醤油 本みりん 酒 塩
	にくだんご肉団子	豚肉 鶏肉 粉末状植物性たん白 (大豆) 粒状植物性たん白 (大豆)	パン粉 (小麦) 豚脂 (豚肉) 植物油脂 (ごま) なたね油 砂糖	たまねぎ	食塩 香辛料 トマトケチャップ 醸造酢 (小麦、りんご) おろししょうが しょうゆ (小麦、大豆)
	かぼちゃとアーモンドのサラダ	無添加ハム (豚肉、大豆)	アーモンド ノンエッグ マヨネーズ 三温糖	かぼちゃ きゅうり	酢 塩
26日 (金)	牛乳	牛乳			
	トマトリゾット	鶏肉 無添加ベーコン (豚肉)	米 大麦 三温糖 オリーブオイル サラダ油 (大豆)	トマト たまねぎ 人参 にんにく マッシュルーム	ポークパイオン (鶏肉、豚肉) 白ワイン トマトケチャップ トマトピューレ トマトソース (大豆) 塩 パセリ
	しろみぎかな白身魚フライ	ほぎ	パン粉 (小麦、大豆) 小麦粉 (小麦) 大豆油 還元水あめ 粉末加工油脂 植物油脂 でん粉 米粉		食塩
	いんげんとコーンのソテー	無添加ウインナー (豚肉)	サラダ油 (大豆)	いんげん コーン しめじ たまねぎ	濃口醤油 塩
チーズ	チーズ (乳)				
30日 (火)	牛乳	牛乳			
	コーンごはん	鶏肉	米 大麦 サラダ油 (大豆)	コーン 人参 たまねぎ にんにく	チキンスープ (鶏肉) 酒 塩 こしょう
	ハンバーグ	豚肉 鶏肉 粉末状植物性たん白 (大豆) 粒状植物性たん白 (大豆)	豚脂 (豚肉) でん粉 加工油脂	たまねぎ	果糖ぶどう糖液糖 ぶどう糖加工品 ポークエキス (豚肉) 発酵調味料 食塩 チキンパイオン (鶏肉)
	しゅまめ 5種豆と5穀サラダ	ツナ 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 ノンエッグ マヨネーズ 三温糖	キャベツ きゅうり 人参	濃口醤油 塩 還元でん粉分解物

入学・進級おめでとう



うらかな春の日差しのもと、ピカピカの新入生を迎え、新年度が始まりました。

ご入学・進級おめでとうございます。4月は、新しい生活への期待に胸を膨らませる一方で、環境が変わり、疲れやストレスがたまりやすくなる時期でもあります。夜は早めに寝て朝ごはんをしっかり食べてから登校することが大切です。

今年度も、安全・安心でおいしい給食を提供できるよう職員一丸となって取り組んでまいります。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願いいたします。



かくにんしてね



揚げ物料理名 (揚げ油の使用回数)

10日：野菜コロッケ (①) 15日：ササミカツ (②)
22日：子持ちししゃもフライ (③) 26日：白身魚フライ (④) 廃油

※4月はアレルギー除去食の提供はありません。5月から開始予定ですが、それでも献立確認は必ずしましょう。

昨年9月以降、少雨傾向が続き、沖縄本島内ダムの貯水率の低下が著しくなっていることから、節水について呼びかけられています。4月後半から夜間断水、または、隔日断水になる可能性があるということで、沖縄市学校給食センターで対応について検討し、4月22日以降の給食は最大限に節水、断水に対応できる献立にしています。炊きこみごはんが続きますが、ご理解の程、よろしくお願いいたします。