

※「詳細献立表」には、使用する食材と、アレルギー表示義務のある8品目及び下記の品目について表示しています。

| 表示義務(特定原材料)8品目                                                                                                                                                                                                                                                                                              | その他                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| 卵、乳、小麦、落花生(ピーナッツ)、えび、そば、かに、くるみ                                                                                                                                                                                                                                                                              | あわび、いか、いくら、オレンジ、キウイフルーツ、牛肉、さけ、さば、大豆、鶏肉、豚肉、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、バナナ、ごま、カシューナッツ、アーモンド、マカダミアナッツ |
| ※ちくわに使用している原料にはエビ・カニを食べている魚を含みます。※もずく・アサ・チリメンはエビが混入している場合があります。※枝豆・もやし(大豆)が原料です。<br>※揚げ油は複数回使用しています。 ※材料その他の都合により献立を変更することがあります。変更があった場合は学校にお知らせします。<br>※よく使用する調味料等のアレルギーは記載していません。→①しょうゆ(小麦・大豆) ②酢(小麦) ③ウスターソース(りんご・大豆) ④とんかつソース・中濃ソース(りんご)<br>⑤卵なしマヨネーズ(大豆) ⑥みそ(大豆) ⑦油(大豆) ⑧ポークubiオン(豚肉・鶏肉) ⑨チキンubiオン(鶏肉) |                                                                                          |

アレルギー除去対応する場合の表示 ⇒ ☆たまご ◇エビ カニ ○イカ △貝類・タコ マビーナッツ

アレルギー除去対応なしの場合の表示 ⇒ ★たまご ◆エビ カニ ●イカ ▲貝類・タコ ▼ピーナッツ

※冷凍ガラチキンは、卵由来のたんぱく質を含みますが、除去対応はしていません。 ※オイスターソースは、かきエキスが含まれていますが、除去対応はしていません。

| 日  | 曜日 | こんだて                                                                                                                                                      | (あか)<br>おもに体をつくる<br>ものになる食品                                       | (きいろ)<br>おもにエネルギーの<br>ものになる食品                                                                     | (みどり)<br>おもに体の調子を<br>整えるものになる食品                                                   | 調味料由来                                 |
|----|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|
| 1  | 月  |  かやくごはん<br>大根のおかか和え<br>魚のみそ焼き<br>みかん                                     | とり肉、こんぶ<br>かつおぶし<br>さば、みそ                                         | 米、大麦、油<br>ドレッシング(小麦・大豆・りんご)<br>さとう、ごま                                                             | こんにやく、にんじん、ごぼう、しいたけ、ねぎ<br>だいこん、ほうれんそう<br>うんしゅうみかん                                 | しょうゆ、ホークイオン                           |
| 2  | 火  |  麦ごはん<br>アサ汁<br>タコライス(ミート)<br>タコライス(キャベツ)<br>タコライス(チーズ)                  | アサ・とうふ(大豆)<br>牛肉、ぶた肉、大豆<br>チーズ(乳)                                 | 米、大麦<br>油、さとう                                                                                     | しょうが<br>たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく<br>キャベツ                                               | しょうゆ<br>ウスターソース                       |
| 3  | 水  |  沖縄焼きそば<br>きびなごカレー揚げ<br>わかめの酢の物                                          | ぶた肉、さつまあげ(大豆)<br>きびなご<br>わかめ、しらす                                  | 沖縄そば(小麦)、ごま油、油<br>かたくりこ、油<br>さとう、ごま                                                               | にんじん、たまねぎ、キャベツ、もやし、にら<br>だいこん、きゅうり、シークワーサー果汁                                      | しょうゆ、オイスターソース(かき)<br>しょうゆ、酢           |
| 4  | 木  |  麦ごはん<br>マーボー冬瓜<br>もやしナムル<br>シュウマイ                                       | ぶた肉、とりレバー、大豆、とうふ(大豆)、みそ(大豆)<br>ぶた肉<br>ぶた肉                         | 米、大麦<br>油、かたくりこ、ごま油<br>ごま油、さとう、ごま<br>かたくりこ、パン粉(小麦)、さとう、小麦粉                                        | とうがん、たまねぎ、にんじん、にら、しいたけ、にんにく、しょうが<br>もやし、きゅうり、にんじん<br>たまねぎ、しょうが                    | パン、麦、ジャム(小麦・大豆)、しょうゆ、ホークイオン<br>酢、しょうゆ |
| 5  | 金  |  ハニートースト(金武中・嘉芸小)<br>黒糖パン(金武小・中川幼小)<br>グリーンスープ<br>ごぼうサラダ<br>ベビーチーズ       | スキムミルク(乳)<br>スキムミルク(乳)<br>ベーコン(豚肉)、白インゲン豆、白花生、牛乳<br>とり肉<br>チーズ(乳) | スキムミルク(乳)<br>スキムミルク(乳)<br>小麦粉、油、さとう、バター(乳)、はちみつ<br>小麦粉、油、黒糖<br>じゃがいも、油、米粉、バター(乳)<br>ドレッシング、さとう、ごま | たまねぎ、にんじん、グリーンピース<br>ごぼう、きゅうり、コーン                                                 | 冷凍ガラチキン(卵・鶏肉)<br>しょうゆ                 |
| 8  | 月  |  チキンライス<br>★オムライス用たまごやき<br>ケチャップ<br>マカロニサラダ                              | とり肉<br>たまご<br>ツナ                                                  | 米、大麦、バター(乳)、油<br>油、さとう、かたくりこ<br>さとう<br>マカロニ(小麦)、卵なしマヨネーズ、さとう                                      | たまねぎ、にんじん、グリーンピース、マッシュルーム、にんにく<br>トマト、たまねぎ<br>にんじん、きゅうり、コーン                       | チキン、イオン<br>しょうゆ<br>ず<br>しょうゆ          |
| 9  | 火  |  麦ごはん<br>○☆中華丼(具)<br>春巻き<br>フルーツあんこ                                     | いか、うずらの卵、ぶた肉<br>ぶた肉                                               | 米、大麦<br>さとう、ごま油、油、かたくりこ<br>油、はるさめ、かたくりこ、さとう、小麦粉、米粉<br>杏仁寒天(乳)                                     | はくさい、たまねぎ、にんじん、たけのこ、しいたけ、きぬさや、しょうが、にんにく<br>にんじん、たまねぎ、キャベツ、しょうが、しいたけ<br>みかん、パイナップル | しょうゆ、オイスターソース(かき)<br>しょうゆ             |
| 10 | 水  |  スパゲティミートソース<br>メンチカツ<br>かぼちゃサラダ                                       | 牛肉、ぶた肉、大豆<br>とり肉、大豆、ぶた肉<br>チーズ(乳)                                 | スパゲティ(小麦)、油、さとう<br>油、さとう、かたくりこ、米粉<br>アーモンド、卵なしマヨネーズ、さとう                                           | たまねぎ、にんじん、セロリ、ピーマン、マッシュルーム、にんにく、トマト<br>たまねぎ、しょうが、にんにく<br>かぼちゃ、たまねぎ                | デミタスソース(小麦・鶏肉)<br>しょうゆ                |
| 11 | 木  |  麦ごはん<br>冬瓜の煮付け<br>梅アングラス<br>子持ちししやもフライ                                | とり肉、厚揚げ(大豆)、昆布<br>ぶた肉、みそ、かつおぶし<br>ししやも                            | 米、大麦<br>油、さとう<br>油、さとう<br>油、パン粉(小麦)、小麦粉、かたくりこ、さとう                                                 | とうがん、にんじん、こんにやく、いんげん、しょうが<br>梅                                                    | しょうゆ<br>梅肉(りんご)                       |
| 12 | 金  |  ハニートースト(金武小・中川小)<br>黒糖パン(金武中・嘉芸小)<br>マッシュルームスープ<br>ブロッコリーソテー<br>ヨーグルト | スキムミルク(乳)<br>スキムミルク(乳)<br>とり肉、白インゲン豆、牛乳<br>ベーコン(豚肉)<br>牛乳、乳製品(乳)  | 小麦粉、油、さとう、バター(乳)、はちみつ<br>小麦粉、油、黒糖<br>米粉、バター(乳)<br>油<br>さとう                                        | たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、コーン<br>ブロッコリー、にんじん、コーン                                          | 冷凍ガラチキン(卵・鶏肉)<br>しょうゆ                 |
| 15 | 月  |  中華まき風炊き込みご飯<br>★うじゃ豆腐<br>パンパング<br>オレング                                | ハム(豚肉・大豆・乳)、ひじき<br>とうふ(大豆)、タラすり身(卵・大豆・小麦)、たまご、もずく<br>とり肉          | 米、もち米<br>さとう、ごま、かたくりこ、油<br>さとう、ごま                                                                 | しいたけ、たけのこ、長ねぎ、たまねぎ、にんじん、しょうが、にんにく<br>にんじん、にら、あお豆<br>だいこん、きゅうり、もやし、コーン<br>オレング     | しょうゆ、ホークイオン<br>しょうゆ<br>しょうゆ、酢         |
| 16 | 火  |  麦ごはん<br>チキンカレー<br>きやべつのごまサラダ<br>バナナ                                   | とり肉                                                               | 米、大麦<br>じゃがいも、さとう、油<br>ごま、ごま油、さとう                                                                 | たまねぎ、にんじん、ピーマン、しめじ、りんご、にんにく<br>キャベツ、にんじん、きゅうり<br>バナナ                              | シロップ、冷凍ガラチキン(卵・鶏肉)<br>しょうゆ、酢          |
| 17 | 水  |  きのことスパゲティ<br>魚のキャロットソース焼き<br>大豆のマリネ                                   | しらす、ベーコン(豚肉)<br>ホキ<br>だいず、ハム(豚肉・大豆・乳)                             | スパゲティ(小麦)、油<br>卵なしマヨネーズ<br>アーモンド、油、さとう                                                            | しめじ、エリンギ、しいたけ、たまねぎ、にんじん、こまつな、にんにく、しょうが<br>にんじん<br>コーン、赤ピーマン、きゅうり、たまねぎ、シークワーサー果汁   | しょうゆ、ホークイオン                           |
| 18 | 木  |  麦ごはん<br>イナムドゥチ<br>いもてんぷら<br>マーミナーチャムプルー                               | ぶた肉、かまぼこ、みそ<br>ぶた肉、厚揚げ(大豆)、かつおぶし                                  | 米、大麦<br>さつま、小麦粉、油<br>油                                                                            | こんにやく、しいたけ<br>にんじん、もやし、からしな                                                       | しょうゆ                                  |
| 19 | 金  |  全粒粉パン<br>ポトフ<br>★オムレツ<br>ひじきと鶏肉のごまあえ                                  | スキムミルク(乳)<br>ウインナー(鶏肉・豚肉)<br>たまご、とり肉<br>とり肉、ひじき                   | 小麦粉、油、さとう、全粒粉<br>じゃがいも<br>かたくりこ、油<br>ごま、ドレッシング(小麦・ごま・大豆)、卵なしマヨネーズ、さとう                             | たまねぎ、にんじん、とうがん、はくさい<br>トマト、たまねぎ<br>キャベツ、にんじん、あお豆                                  | しょうゆ、冷凍ガラチキン(卵・鶏肉)<br>しょうゆ、酢          |
| 22 | 月  |  とうんじゅーじゅーしー<br>さばの塩こうじ焼き<br>白菜のゆず和え<br>みかん                            | ぶた肉、さつまあげ(大豆)<br>さば<br>ツナ                                         | 米、大麦、田芋、油<br>さとう、油                                                                                | にんじん、しいたけ、ねぎ<br>はくさい、ほうれんそう、ゆず<br>うんしゅうみかん                                        | ホークイオン、しょうゆ<br>酢、しょうゆ                 |
| 23 | 火  |  麦ごはん<br>☆おでん<br>豆乳コロッケ<br>アーモンド和え                                     | ぶた肉、昆布、がんもどき(大豆)、うずらの卵<br>豆乳(大豆)、ゼラチン                             | 米、大麦<br>油、さとう<br>油、小麦粉、さとう、パン粉(小麦)、かたくりこ<br>アーモンド、さとう                                             | だいこん、にんじん、こんにやく、しょうが<br>たまねぎ、とうもろこし<br>もやし、キャベツ、こまつな                              | しょうゆ<br>しょうゆ                          |
| 24 | 水  |  すきやきうどん<br>かぼちゃてんぷら<br>大根とさきみの生姜和え                                    | 牛肉<br>とり肉                                                         | うどん(小麦)、さとう、油<br>小麦粉、かたくりこ、油<br>ごま油                                                               | はくさい、ほうれん草、にんじん、長ねぎ、にんにく<br>かぼちゃ<br>だいこん、きゅうり、しょうが                                | しょうゆ                                  |
| 25 | 木  |  ピラフ<br>夏のハンバーガー<br>ブロッコリーサラダ<br>クリスマスケーキ                              | とり肉<br>とり肉、ぶた肉、大豆<br>赤インゲン豆、白インゲン豆、青エンドウ、とり肉<br>豆乳(大豆)、大豆粉        | 米、大麦、油<br>さとう、油、じゃがいも、かたくりこ<br>ドレッシング、さとう<br>さとう、油、ココア、かたくりこ、米粉                                   | たまねぎ、にんじん、ピーマン、しめじ、にんにく<br>たまねぎ、にんにく、しょうが<br>ブロッコリー、カリフラワー、コーン<br>こんにやく、粉         | しょうゆ、ホークイオン                           |