



※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
卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生(ピーナッツ)・くるみ

その他
パイン

※おやつについては、アレルギー対応食がある場合のみ表示しています。(表示がない場合は全体とおやつを同様)

※食材は、天候その他の都合により変更する場合があります。

日	曜日	基本献立		アレルギー食 献立名				朝のおやつ
		献立名	材料名	給食対応				
				卵	牛乳	小麦	パイン	おやつ
1	水	玄米ご飯 マーボーなす 春雨サラダ みそ汁	米 発芽玄米 春雨 きゅうり 人参 鶏肉 山東菜 青ねぎ わかめ					手作りさつまいも蒸しパン (小麦) →手作り米粉さつまいも蒸しパン
2	木	きびご飯 かぶと型ハンバーグ ゴマ和え トマトとコーンのスープ バナナ	米 もちきび <u>うずまかぶと型ハンバーグ</u> [鶏肉・玉ねぎ・豚肉・ <u>大豆</u> ・トマト・にんにく・しょうが] ほうれんそう 人参 白菜 卵なしちくわ 白ごま 鶏肉 コーン セロリ 玉ねぎ トマト 人参 片栗粉 バナナ					カルシウムせんべい (小麦) →星たべよ
3	金	憲法記念日						
4	土	みどりの日						
6	月	振替休日						
7	火	玄米ご飯 あったか丼 パンハンジー 大根スープ	米 発芽玄米 豚肉 白菜 小松菜 チンゲンサイ 玉ねぎ 人参 <u>厚揚げ(大豆)</u> しょうが 片栗粉 鶏肉 もやし きゅうり 白ごま ごま油 大根 白菜 無塩せきベーコン 玉ねぎ しいたけ					手作りぶどうゼリー (パイン) →パイン除去
8	水	大豆入りミートスパゲティ ゴーヤーのマヨネーズ和え すまし汁 甘夏みかん	<u>スパゲティ(小麦)</u> 豚肉 <u>大豆</u> 豚しゃぶ 玉ねぎ 人参 セロリ トマト パセリ ケチャップ にんにく 米粉 ゴーヤー 玉ねぎ 人参 <u>ツナ(大豆)</u> <u>卵なしマヨネーズ(大豆)</u> 白菜 しいたけ <u>豆腐(大豆)</u> 青ねぎ 甘夏みかん				スパゲティ春雨又はビーフン	
9	木	きびご飯 さばの塩焼き 栄養きんぴら みそ汁 バナナ	米 もちきび さば 豚肉 ごぼう 人参 青ピーマン こんにゃく アーサエのきだけ 青ねぎ バナナ					
10	金	玄米ご飯 肉じゃが 磯香和え すまし汁	米 発芽玄米 ポテト 玉ねぎ 人参 豚肉 こんにゃく 白菜 人参 チンゲンサイ しらす 海苔 大根 ごぼう 長ねぎ 鶏肉					
11	土	きびご飯 チャプチェ風丼 具たくさんみそ汁 グレープフルーツ	米 もちきび 豚肉 春雨 人参 玉ねぎ 青ピーマン しいたけ 白ごま ごま油 にんにく しょうが 鶏肉 ポテト 大根 人参 青ねぎ グレープフルーツ					ミニたい焼き (小麦) →ライススクッキーココナッツ味
13	月	きびご飯 ホークカレー ごぼうサラダ 冬瓜とわかめのスープ ニューサマー	米 もちきび 豚肉 玉ねぎ ポテト 人参 アレルゲンフリーカレールー 米粉 ケチャップ ごぼう 赤ピーマン きゅうり コーン <u>ツナ(大豆)</u> <u>卵なしマヨネーズ(大豆)</u> 鶏肉 冬瓜 わかめ なら ニューサマー					
14	火	きびご飯 いわしのみぞれ煮 ひき肉と春雨の炒め物 フィッシュつくね汁	米 もちきび <u>いわしのみぞれ煮</u> [いわし 大根] (<u>大豆</u>) 豚肉 春雨 人参 玉ねぎ 青ピーマン 白ごま ごま油 にんにく しょうが <u>フィッシュボール(大豆・山芋・魚)</u> 長ねぎ キャベツ えのきだけ					
15	水	野菜そば さつまいも天ぷら しらす和え	<u>沖縄そば(小麦)</u> 青ねぎ 豚肉 キャベツ もやし なら <u>さつまいも天ぷら</u> [さつまいも <u>小麦粉</u>] 白菜 きゅうり 人参 しらす				そば麺→春雨又はビーフン 手作り米粉さつまいも天ぷら	
16	木	赤飯 油みそ 鶏肉の照り焼き クープリチー シカムドゥッチ カットロールケーキ	米 黒米 もちきび <u>ツナ(大豆)</u> 系割り 鶏肉 片栗粉 昆布 豚肉 人参 切干し大根 こんにゃく 豚肉 こんにゃく 冬瓜 卵なし白かまぼこ しいたけ <u>カットロールケーキ(卵・乳・小麦・大豆)</u> 【1歳児】バナナ	米粉カップケーキ (大豆)	米粉カップケーキ (大豆)	米粉カップケーキ (大豆)		

令和6年度



5月 アレルギー食 予定献立表 (後半)



那覇市子ども教育保育課
みらいこども園

※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

卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生(ピーナッツ)・くるみ

その他

パイン

※おやつについては、アレルギー対応品がある場合のみ表示しています。(表示がない場合は全粒と同じおやつを提供)

※食材は、天候その他の都合により変更する場合があります。

日	曜日	基本献立		アレルギー食 献立名				朝のおやつ
		献立名	材料名	給食対応				
				卵	牛乳	小麦	パイン	おやつ
17	金	玄米ご飯 鮭の南蛮漬け かぼちゃのひき肉炒め みそ汁	米 発芽玄米 鮭 玉ねぎ 人参 かぼちゃ しょうが 玉ねぎ 豚肉 片栗粉 ごま油 ほうれんそう 青ねぎ <u>油あげ(大豆)</u>					フルーツヨーグルト(乳・パイン) →(乳)ヨーグルト除去 →(パイン)パイン除去
18	土	玄米ご飯 煮つけ みそ汁 バナナ	米 発芽玄米 大根 人参 豚肉 昆布 ポテト 鶏肉 えのきたけ 玉ねぎ 山東菜 青ねぎ バナナ					
20	月	きびご飯 豚丼 ゴーヤーチップス もずくスープ ニューサマー	米 もちきび 豚肉 しょうが にんにく 小松菜 こんにゃく 玉ねぎ 人参 長ねぎ 片栗粉 ゴーヤー 片栗粉 米粉 もずく 玉ねぎ えのきたけ 青ねぎ しょうが ニューサマー					
21	火	玄米ご飯 五目厚焼きたまご レバにら炒め みそ汁	米 発芽玄米 <u>五目厚焼きたまご</u> [卵・人参・グリーンピース・ コーン・たけのこ・しいたけ] <u>(大豆)</u> 豚レバー にんにく しょうが もやし 玉ねぎ 人参 にら 片栗粉 小松菜 白菜 しいたけ えのきたけ 青ねぎ	手作りハンバー ク				
22	水	五目あんかけラーメン ボークシューマイ ゆかり和え グレープフルーツ	<u>中華めん(小麦)</u> 豚肉 人参 白菜 チンゲンサイ しいたけ にんにく しょうが 片栗粉 ごま油 <u>ボークシューマイ</u> [豚肉・ <u>小麦粉</u> ・玉ねぎ] 大根 きゅうり しらす ゆかり グレープフルーツ			中華麺→春雨又は ビーフン 手作り肉団子		
23	木	玄米ご飯 なすと豚肉のしょうが焼き 中華サラダ 切干大根のスープ オレンジ	米 発芽玄米 豚肉 なす 玉ねぎ 人参 しょうが キャベツ チンゲンサイ <u>ツナ(大豆)</u> 春雨 ごま油 切干し大根 にんにく 人参 鶏肉 しいたけ パセリ オレンジ					おからドーナツ(卵・乳・小麦) →手作り米粉人参ドーナツ
24	金	玄米ご飯 豆腐ハバーグのきのこあんかけ ババイヤリチー みそ汁	米 発芽玄米 <u>豆腐ハンバーグ</u> [玉ねぎ・ <u>豆腐(大豆)</u> ・鶏肉・ <u>おから(大豆)</u> ・にんにく・しょうが] しめじ え のきたけ 玉ねぎ 片栗粉 豚肉 ハバリア にら 人参 山東菜 ポテト 玉ねぎ					
25	土	玄米ご飯 ハヤシライス コンソメスープ オレンジ	米 発芽玄米 牛肉 玉ねぎ 人参 しめじ グリーンピース トマト ケチャップ 米粉 アレルゲンフリーハヤシベース 鶏肉 キャベツ 玉ねぎ えのきたけ セロリ オレンジ					
27	月	玄米ご飯 鶏そぼろ丼 わかめときゅうりのツナ和え みそ汁 ミネオラオレンジ	米 発芽玄米 鶏肉 しょうが 人参 いんげん わかめ きゅうり <u>ツナ(大豆)</u> 山東菜 青ねぎ 油あげ ミネオラオレンジ					フルーツミックス(パイン) →パイン除去
28	火	きびご飯 チキンから揚げ ひじき炒め みそ汁	米 もちきび 鶏肉 にんにく しょうが 片栗粉 ひじき 豚肉 こんにゃく <u>油あげ(大豆)</u> キャベツ 人参 枝豆 冬瓜 わかめ <u>厚揚げ(大豆)</u>					手作りバナナ黒糖蒸しパン(小麦) →手作り米粉バナナ黒糖蒸しパン
29	水	ホットパン カレードッグ キャベツのツナ和え コーンポタージュ	<u>ホットパン(卵・乳・小麦・大豆)</u> 豚肉 人参 玉ねぎ 青ピーマン <u>大豆</u> にんにく トマ ト 米粉 ケチャップ アレルゲンフリーカレールー キャベツ 人参 <u>ツナ(大豆)</u> 白ごま コーン 玉ねぎ <u>豆乳(大豆)</u> 米粉	ご飯	ご飯	ご飯		
30	木	玄米ご飯 鮭のマヨネーズかけ もやし炒め 冬瓜と青菜のスープ バナナ	米 発芽玄米 鮭 <u>卵なしマヨネーズ(大豆)</u> 玉ねぎ 赤ピーマン 黄ピーマン パセリ もやし キャベツ 人参 <u>ツナ(大豆)</u> 鶏肉 冬瓜 小松菜 えのきたけ バナナ					
31	金	きびご飯 豚肉と昆布の炒め煮 ゴマ和え みそ汁	米 もちきび 豚肉 しょうが 片栗粉 人参 青ピーマン 昆布 ごま 油 キャベツ 人参 チンゲンサイ 白ごま 小松菜 大根 しめじ 青ねぎ					手作りほうれん草チーズ蒸しパン(乳・ 小麦) →(乳)チーズ除去 →(小麦)米粉ほうれん草チーズ蒸し パン