

※「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 | その他表示申請のあった品目 |
|--|---|
| たまご、乳、小麦、落花生（ピーナッツ）、えび、そば、かに、くるみ | ナッツ類、魚介類、キウイフルーツ、牛肉、ごま、パナナ、やまいも、りんご おから、チョコレート、なす、ほうれんそう、きのこ、大麦 生果物、パイン、メロン、グレープフルーツ、マンゴー |
| ※ 醤油と酢に含まれる「小麦」は表示していませんが、微量の小麦成分が含まれています。 ※ 詳しい情報が必要な方、または不明な点がある場合は給食センターまでお問い合わせください。 | |
| ※ 材料、天候等により、献立を変更する場合があります。 ※ 配合表を基に表記しているため、表示義務8品目以外の食品については表記されていない場合もあります。 | |
| ※ 給食を食べる前に、必ず内容を確認してください。 ※ 給食で使用するもずくやアーサ、チリメンなどにエビ・カニが混ざる可能性があります。 | |

| 日 | 曜日 | こんだて | （あか） おもに体をつくる もとなる食品 | （きいろ） おもにエネルギーの もとなる食品 | （みどり） おもに体の調子を 整えるもとなる食品 | 調味料由来 |
|----|----|---|---|---|--|----------------|
| 1 | 水 |  なかよしパン あきのホワイトシチュー カラフルサラダ | 脱脂粉乳（乳） とりにく、白花豆、白いんげん豆、豆乳 ツナ（まぐろ）、大豆 | 小麦粉、さとう、油 じゃがいも、さつまいも、油 ドレッシング（ブルー、レモン） | たまねぎ、にんじん、しめじ、エリンギ ブロッコリー、はくさい、赤ピーマン、コーン | |
| 2 | 木 |  むぎごはん マーボーどうふ パンサンズー さばカレーぎょうざ | ぶたにく、とりレバー、どうふ、大豆 とりにく ぶたにく、さば、大豆 | 米、麦 油、さとう、でん粉、ごま油 はるさめ、ごま、さとう、ごま油 小麦粉、さとう、油 | だいこん、たまねぎ、にんじん、たけのこ、にら、 きくらげ、にんにく、しょうが きゅうり、にんじん、コーン キャベツ、にんにく、しょうが | ごま |
| 3 | 金 |  むぎごはん じゃがいものみそしる きんぴられんこん キャベツいりひらつくね | あぶらあげ、みそ ぶたにく とりにく、えんどう豆、かつおぶし | 米、麦 じゃがいも ごま、油、ごま油、さとう 油、でん粉、さとう | たまねぎ、こまつな、しめじ れんこん、にんじん、ごぼう、こんにゃく キャベツ、しょうが、にんにく | かつおだし かつおだし |
| 6 | 月 |  むぎごはん どうがンのごまみそに うめジャコあえ おつきみだんご | ぶたにく、あつあげ、かまぼこ、こんぶ、みそ チリメン、かつおぶし | 米、麦 さといも、油、さとう、ごま さとう 上新粉、さとう、でん粉 | どうがん、にんじん、いんげん キャベツ、こまつな、にんじん、うめ | かつおだし |
| 7 | 火 |  ごはん さつまじる カレーおから さんまかんろに | とりにく、みそ おから、ぶたにく、ひじき さんま | 米 さつまいも さとう、油 さとう、でん粉 | だいこん、こまつな、にんじん たまねぎ、にんじん、えだまめ | かつおだし かつおだし |
| 8 | 水 |  コッペパン ちゅらキャロットスープ コーンキャベツソテー ほうれんそうオムレツ | 脱脂粉乳（乳） とりにく、白花豆、白いんげん豆、豆乳 ウインナー たまご | 小麦粉、さとう、油 じゃがいも、油 乳なしマーガリン でん粉、油 | にんじん、たまねぎ、パセリ キャベツ、カリフラワー、赤ピーマン、コーン ほうれんそう | かつおエキス、煮干しだし |
| 9 | 木 |  あきのかりごはん ゆかりあえ くりコロッケ（揚①） | とりにく、かまぼこ | 米、もち米、さつまいも、油 さとう じゃがいも、さつまいも、くり、さとう、油、 パン粉（小麦）、小麦粉、でん粉 | にんじん、しいたけ、しめじ、えだまめ キャベツ、はくさい、きゅうり、にんじん、しそ | かつおだし |
| 10 | 金 |  むぎごはん とりごぼうじる ビタミンAサラダ どうふハンバーグ ブルーベリータルト | とりにく、みそ ツナ（まぐろ） 大豆、とりにく、どうふ おから | 米、麦 さといも、ごま油 ドレッシング（しいたけ、りんご、ブルー、 かつおぶし） 油、でん粉、さとう さつまいも、乳なしマーガリン、さとう、 米粉、油 | ごぼう、だいこん、にんじん、ながねぎ、しいたけ ブロッコリー、ほうれんそう、にんじん、コーン たまねぎ ブルーベリー、レモン、ぶどう | かつおだし |



秋 休 み



| | | | | | | |
|----|---|---|---|---|--|----------------|
| 20 | 月 |  むぎごはん ポークカレー だいこんのあまずあえ | ぶたにく、ぶたレバー、大豆、ひよこ豆、 白花豆、白いんげん豆 | 米、麦 じゃがいも、米粉、乳なしマーガリン、油 さとう | たまねぎ、にんじん、ピーマン、りんご、にんにく | マッシュルーム、デーツ |
| 21 | 火 |  こぎつねごはん ごぼうサラダ いわしのハンバーグ きのこスパゲティ | とりにく、あぶらあげ とりにく、大豆 大豆、かまぼこ、いわし、みそ ベーコン | 米、油 卵なしマヨネーズ、ドレッシング（ごま）、 さとう、ごま でん粉、さとう、じゃがいも、油、ココア スパゲティ（小麦）、油 | だいこん、きゅうり、にんじん にんじん、えだまめ、しいたけ ごぼう、きゅうり、にんじん たまねぎ、にんじん、ねぎ、しょうが、にんにく たまねぎ、にんじん、こまつな、しめじ、しいたけ、 エリンギ、にんにく | かつおだし 魚醤 |
| 22 | 水 |  かいそうサラダ こめこグラタン | ツナ（まぐろ）、くきわかめ、こんぶ、 赤つのまた、青つのまた、白キリンサイ おから、豆乳、大豆 | さとう 油、じゃがいも、米粉、でん粉、さとう | だいこん、きゅうり、にんじん コーン、たまねぎ | |
| 23 | 木 |  むぎごはん ちゅうかスープ なすのピリからいため オレンジ | つくね（小麦） ぶたにく、あつあげ、みそ | 米、麦 はるさめ、ごま油 ごま、油、ごま油、でん粉 | はくさい、にんじん、しいたけ なす、たまねぎ、たけのこ、にんじん、ピーマン、 にんにく オレンジ | ごま |
| 24 | 金 |  むぎごはん もずくのすましじる どうふチャンプルー まぐろカツ（揚②） | とりにく、もずく ポーク、どうふ、かまぼこ まぐろ、こんぶ | 米、麦 油 パン粉（小麦）、でん粉、さとう、油 | どうがん、えのきたけ キャベツ、たまねぎ、にんじん | かつおだし かつおだし |
| 27 | 月 |  くらまいごはん イナムドゥチ デークニイリチー りんご | ぶたにく、かまぼこ、あぶらあげ、みそ ぶたにく、あつあげ、かまぼこ | 米、くらまい 油、さとう | こんにゃく、しいたけ だいこん、にんじん、にら りんご | かつおだし かつおだし |
| 28 | 火 |  むぎごはん どうがンのみそしる ぶたにくのいために ちくわのいそべやき | どうふ、みそ ぶたにく ちくわ、あおさ | 米、麦 油、さとう 小麦粉、でん粉、さとう、油 | どうがん、こまつな、ながねぎ たまねぎ、にんじん、しめじ、ごぼう、こんにゃく、 いんげん、しょうが | かつおだし かつおだし |
| 29 | 水 |  むぎごはん とりとじゃがいものうまに ごますあえ ふりかけ | とりにく、あつあげ、かまぼこ ツナ（まぐろ） のり | 米、麦 じゃがいも、油、さとう さとう、ごま でん粉、米、さとう、ひえ、キヌア | たまねぎ、にんじん、こんにゃく、いんげん だいこん、こまつな、にんじん にんじん | かつおだし |
| 30 | 木 |  ごはん かきたまじる やさしいため いわしカリカリフライ（揚③） （首里中のみ）ハロウィンカップケーキ | とりにく、たまご ぶたにく いわし※原料事情にもよりますが、「いわし」は 卵を持っている可能性があります。 豆乳、大豆 | 米 でん粉 油、さとう、ごま さとう、じゃがいも、でん粉、玄米、米粉、 油 米粉、さとう、油、でん粉 | こまつな、にんじん、しいたけ キャベツ、にんじん、たまねぎ、こんにゃく、いんげん、 にんにく しょうが かぼちゃ | かつおだし ごま |
| 31 | 金 |  こくとうパン パンブキンスープ ブロッコリーソテー くるまふのナゲット ハロウィンカップケーキ | 脱脂粉乳（乳） とりにく、白いんげん豆 ウインナー とりにく、ふ（小麦） 豆乳、大豆 | 小麦粉、油、黒糖 さつまいも、油 乳なしマーガリン 油 米粉、さとう、油、でん粉 | かぼちゃ、たまねぎ、パセリ ブロッコリー、カリフラワー、にんじん、コーン にんにく かぼちゃ | |