

令和8年6月

詳細献立表(アレルギー)

那覇市立古蔵学校給食センター

※「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9品目及び下記の品目について表示しています。

917-3486

表示義務(特定原材料)9品目	その他
たまご、乳、小麦、落花生(ピーナッツ)、エビ、ソバ、カニ、くるみ、カシューナッツ	赤魚、いか、たこ、貝類(あさり・ホタテ)、いくら、甲殻類、グレープフルーツ(柑橘類)、キウイ、桃 きな粉、ナッツ類(ピスタチオ・ピーカンナッツ)
※ 醤油と酢に含まれる「小麦」は表示しておりませんが、微量の小麦成分が含まれております。 ※ 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9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。 ※ もずく・アサリ・小魚などにエビ・カニが混ざる可能性があります。 ※ 詳しい情報が必要な方、または不明な点がある場合は、給食室(給食センター)までお問い合わせください。 ※ 給食を食べる前に、必ず内容を確認してください。 ※ カシューナッツは、表示義務の経過措置期間が令和10年3月31日までとされているため、把握できる範囲で表示しています。	

日	曜日	こんだて	(あか) おもに体をつくる もとになる食品	(きいろ) おもにエネルギーの もとになる食品	(みどり) おもに体の調子を 整えるもとになる食品	調味料由来
1	月	ごはん じゃがいものみそ汁 ゆかりあえ さんまかんろ煮	どうふ、みそ とりにく さんま	こめ じゃがいも さとう 砂糖、でん粉	にんじん、しいたけ、小松菜 キャベツ、きゅうり、にんじん、しそ	
2	火	ごはん チキンストロガノフ ゴーヤーチップス	とりにく、豆乳	こめ、むぎ 油、米粉、乳なしマーガリン でん粉、油	たまねぎ、にんじん、なす、カリフラワー、ブロッコリー マッシュルーム、にんにく ゴーヤー、れんこん	
3	水	冷やし中華(めん) 冷やし中華(タレ) 冷やし中華(具) 茎わかめスープ 米粉のレモンスコーン	かまぼこ 茎わかめ、豚肉 豆乳	小麦粉、油、砂糖、でん粉 砂糖、でん粉、ごま油、油	レモン、みかん もやし、きゅうり、金美、にんじん だいこん、にんじん、小松菜 レモン	
4	木	きびごはん 冬瓜のにつけ きびなごのさくさく揚げ オレンジ	豚肉、厚揚げ、結び昆布 きびなご、大豆、みそ	こめ、もちきび 油、さとう 小麦粉、油、でん粉、砂糖	こんにゃく、とうがんと、にんじん、いんげん、しょうが しょうが オレンジ	
5	金	鶏ごもくめし キャベツのあえもの ごぼう入りハンバーグ アセロラゼリー	とりにく、かまぼこ とりにく、大豆	米、油 さとう パン粉(小麦)、砂糖、油 砂糖、でん粉	しいたけ、たけのこ、にんじん、えだまめ キャベツ、きゅうり、ゴーヤー、コーン ごぼう、玉ねぎ アセロラ、りんご	
8	月	むぎごはん だいこんのカレーそぼろ煮 マカロニサラダ	ぶたにく、豚レバー、大豆、厚揚げ ツナ	こめ、むぎ 油、でん粉 ドレッシング(レモン、ライム、ゆず)、さとう マカロニ(小麦)、卵なしマヨネーズ	だいこん、たまねぎ、にんじん、えだまめ、しょうが キャベツ、コーン	
9	火	あおなごごはん もずくのみそしる にんじんイリチー ちゅうがポテト	削り節 もずく、とりにく、みそ 豚肉、かまぼこ	こめ、砂糖 油 さつまいも、油、砂糖、黒糖	広島菜、京菜、大根葉 キャベツ、小松菜 にんじん、金美、にんじん、たまねぎ、いんげん、しいたけ	
10	水	ごはん つくねすまし汁 切干大根のナムル きたあかりコロケ	つくね かまぼこ 牛肉	こめ さとう、ごま、ごま油 じゃがいも、パン粉(小麦、乳)、小麦粉、砂糖、油	とうがんと、にんじん、しめじ、えのきたけ、小松菜 キャベツ、コーン、しょうが 玉ねぎ	
11	木	ひじきごはん 梅おほかあえ さばのしおこうじやき	とりにく、かまぼこ、ひじき かつお節 さば	米、油 さとう	しいたけ、にんじん、ごぼう、えだまめ キャベツ、モウイ、にんじん、ブロッコリー、うめ、しそ	
12	金	こくとうパン トマトスープ トロピカルサラダ コーンと大豆のメンチカツ	脱脂粉乳(乳) 鶏肉、ひよこ豆 鶏肉、大豆	小麦粉、油、黒糖 じゃがいも ドレッシング(タンカン、レモン) 油、砂糖、でん粉、米粉	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、トマト、にんにく きゅうり、赤ピーマン、パパイア、えだまめ、パインアップル、シークワーサー コーン、玉ねぎ	
15	月	ごはん 夏やさいカレー フルーツポンチサクランボゼリー入り	とりにく、白いんげん豆	こめ、むぎ さつまいも、じゃが芋、油、乳なしマーガリン、米粉 砂糖、さくらんぼゼリー	たまねぎ、にんじん、ゴーヤー、なす、にんにく、りんご もも、洋なし、ぶどう、パインアップル、さくらんぼ、みかん	
16	火	むぎごはん ほろめスープ レバニラいため ぶどう	鶏肉 豚肉、豚レバー	こめ、むぎ 春雨 油、さとう、でん粉、ごま油	えのきたけ、にんじん、小松菜 もやし、たまねぎ、にんじん、ピーマン、にら、にんにく、しょうが ぶどう	ホタテ、カキ
17	水	なかよしパン パンキンスープ グリーンサラダ ミートボール	脱脂粉乳(乳) とりにく、豆乳 ちくわ 鶏肉、大豆	小麦粉、油、砂糖 じゃがいも、油、乳なしマーガリン、米粉 ドレッシング(小麦)、さとう 油、砂糖、でん粉	かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、えだまめ キャベツ、きゅうり、ブロッコリー、えだまめ 玉ねぎ、にんにく、しょうが、トマト	
18	木	クーブジュシー 骨太サラダ キャベツいりつくね あまがし	豚肉、かまぼこ、昆布 茎わかめ、昆布、海そう、しらす 鶏肉、えんどう豆、かつお節 金時豆、緑豆	米、油 さとう、ごま油 油、でん粉、砂糖 砂糖、黒糖、麦	しいたけ、にんじん、えだまめ だいこん、ごま、なす、コーン キャベツ、しょうが、にんにく	
19	金	くろまいごはん とうがんと、にんじん ウサチ いわしかりかりフライ	豚肉 とりにく、大豆 いわし	こめ、黒米 さとう、ごま 砂糖、じゃが芋、でん粉、玄米粉、米粉、油	しいたけ、とうがんと、にんじん、長ねぎ、しょうが キャベツ、にんじん、ほうれん草 しょうが	
22	月	ほろほろジュシー ルクジュのマリネ やきいも シークワーサータルト	豚肉、油揚げ 厚揚げ、とりにく 豆乳、大豆	米 卵なしマヨネーズ、さとう さつまいも 砂糖、米粉、油、でん粉	しいたけ、だいこん、にんじん、小松菜 はくさい、きゅうり、赤ピーマン、シークワーサー シークワーサー	
24	水	むぎごはん ワンタンスープ チンジャオロース もも	ワンタン(小麦) 豚肉	こめ、むぎ 油、さとう、でん粉、ごま油 砂糖	だいこん、にんじん、ほうれん草、しょうが たけのこ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、黄ピーマン、にんにく 黄桃	ホタテ、カキ
25	木	スパゲティナポリタン ピタミンスープ ささみのチーズ焼き	豚肉 とりにく、チーズ	スパゲティ(小麦)、油 小麦粉、パン粉(小麦)、油	たまねぎ、にんじん、なす、ピーマン、マッシュルーム にんにく、トマト きゅうり、にんじん、ブロッコリー、コーン ほうれん草	
26	金	むぎごはん へちまのみそ汁 モウイのさつぱりあえ あじあおさフライ	どうふ、みそ とりにく、大豆 あじ、あおさ	こめ、むぎ さとう パン粉(小麦)でん粉、油	キャベツ、へちま、にんじん モウイ、きゅうり、にんじん、シークワーサー果汁	
29	月	むぎごはん 八宝菜 パンパナジー	豚肉、かまぼこ とりにく	こめ、むぎ 油、でん粉、ごま油 さとう、ごま、ごま油	木くらげ、竹のこ、はくさい、玉ねぎ、にんじん、いんげん、しょうが きゅうり、もやし、にんじん、しょうが	
30	火	むぎごはん ぶたどん(ぐ) わかめとどうふのみそしる バナナ	豚肉、とうふ どうふ、わかめ、みそ	こめ、むぎ 油、さとう、でん粉	こんにゃく、たまねぎ、にんじん、小松菜、にんにく しいたけ、だいこん、にんじん、長ねぎ バナナ	