

令和8年 7・8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

917-3486

※「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。

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」は表示していませんが、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・アーサ・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	水	 むぎごはん なかみじる ゴーヤーチャンプルー 焼き芋くじ	豚なかみ、豚肉 豚肉、とうふ、かまぼこ	こめ、むぎ 油 紅芋、もち粉、砂糖、油	こんにゃく、しいたけ、ねぎしょうが ゴーヤー、たまねぎ、にんじん	
2	木	 むぎごはん ゆしどうふ ヌンクーグラー いかフライ	ゆし豆腐 豚肉、かまぼこ いか	こめ、むぎ 油、さとう パン粉(小麦)、小麦粉、でん粉、油	山東菜 こんにゃく、だいこん、にんじん、からし菜	
3	金	 カレーうどん ごぼうサラダ さばのしおやき アセロゼリー	豚肉、油揚げ とりこ さば	うどん(小麦)、油、小麦粉 卵なしマヨネーズ、さとう、ごま 砂糖、でん粉	キャベツ、たまねぎ、にんじん、しいたけ、ほうれん草、にんにく きゅうり、ブロッコリー、ごぼう、コーン アセロラ	
6	月	 むぎごはん 県産やさいかレー フルーツポンチはちみつレモンゼリー入り	とり肉、白いんげん豆	こめ、むぎ じゃがいも、油、乳なしマーガリン、米粉 はちみつレモンゼリー、砂糖	かぼちゃ、にんじん、とうがん、なす、しめじ、にんにく、りんご もも、洋なし、ぶどう、パイナップル、さくらんぼ、みかん	
7	火	 むぎごはん へちまのスタミナ丼(具) さかなそうめんじる セタゼリー	豚肉、豆腐、みそ(小麦) かまぼこ	こめ、むぎ 油、さとう、ごま油 砂糖	へちま、たまねぎ、にんじん、にら、にんにく、しょうが えのきたけ、にんじん、こまつな パイナップル	
8	水	 おきなわそば 肉野菜そば(汁・具) スーナー 米粉のレモンスコーン	豚肉 とうふ、みそ 豆乳	沖縄そば(小麦) さとう、ごま 米粉、さとう、乳なしマーガリン	キャベツ、たまねぎ、にんじん、からし菜、しょうが にんじん、こんにゃく、ほうれん草 レモン	
9	木	 むぎごはん クーリジシ パパイアイリチー オレンジ なっとう 梅風味	豚肉、かまぼこ 豚肉、油揚げ なっとう、のり	こめ、むぎ 油 砂糖	こんにゃく、しいたけ、とうがん 千切大根、パパイア、にんじん、こまつな オレンジ うめ	
10	金	 うっちゃんライス まぐわやさしいサラダ いわしのトマト煮	とり肉 ちくわ、茎わかめ、赤いんげん豆 いわし	米、むぎ、油、乳なしマーガリン さつまいも、ドレッシング(小麦)、さとう、ごま 砂糖、米粉	たまねぎ、にんじん、えだまめ、コーン、にんにく きゅうり、しめじ トマト、玉ねぎ、レモン	
13	月	 むぎごはん 茎わかめスープ タコライス タコライス野菜 チーズ	茎わかめ、とうふ ぶたにく、鶏レバー、大豆 チーズ(乳)	こめ、むぎ 油 油	はくさい、しめじ たまねぎ、にんじん、赤ピーマン、にんにく、トマト キャベツ	
14	火	 むぎごはん アーサのスープ シークワサー 酢豚 お魚ナゲット	アーサ、とり肉 ミートボール アジ、スケソウダラ、大豆	こめ、むぎ 油、さとう、ごま油、でん粉 油、でん粉、砂糖、小麦粉	だいこん、長ねぎ キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、黄ピーマン にんにく、しょうが、シークワサー 玉ねぎ	
15	水	 ペにいもパン キャロットスープ ゴーヤーサラダ トマトオムレツ	とり肉、豆乳 ツナ たまご、とり肉	小麦粉、砂糖、油、紅芋 じゃがいも、乳なしマーガリン、米粉 卵なしマヨネーズ、ドレッシング(レモン) 油、でん粉	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー ゴーヤー、にんじん、カリフラワー、コーン トマト、玉ねぎ	
16	木	 くらまいごはん うちなーみそ汁 クーバイリチー てづくりちんすこう	かまぼこ、とうふ、みそ 豚肉、昆布	こめ、黒米 油、さとう 小麦粉、さとう、油	しめじ、へちま、にんじん、ほうれん草 千切大根、こんにゃく、にんじん	
17	金	 高菜チャーハン ミミガーのすみそあえ まぐろのしおこうじやき 冷凍ミカン	豚肉、かまぼこ ミミガー、みそ まぐろ みかん	米、むぎ、ごま油、油 さとう	高菜漬、キャベツ、にんじん だいこん、きゅうり、にんじん、ほうれん草、シークワサー	



なつやすみ

26	水	 クファージュシー カラシナのマヨドレあえ まぐろのしおこうじやき はちみつレモンゼリー	豚肉、かまぼこ、ひじき とりこ まぐろ	米、むぎ、油 卵なしマヨネーズ ドレッシング(小麦、ゆず、レモン) 砂糖	しいたけ、にんじん、えだまめ からし菜、きゅうり、もやし、コーン レモン、寒天	
28	金	 むぎごはん さかなだんご汁 ポークジンジャー オレンジ	いわし 豚肉、豆腐	こめ、むぎ 油、さとう	だいこん、にんじん、しいたけ、こまつなしょうが キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、しょうが オレンジ	
31	月	 麦ごはん チキンストロガノフ ゴーヤーチップス	とり肉、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	

☆揚げ油(7.2イカフライ後廃油)