

令和8年10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、グレープフルーツ(柑橘類)、キウイ、桃、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・アーサー・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	木	 むぎごはん さかなだんご汁 ポークジンジャー りんご	いわし ぶた肉・豆腐	こめ、むぎ 油、さとう	とうがん、しいたけ、小松菜、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 りんご	
2	金	 わかめごはん 厚揚げ豆腐のそぼろ煮 マカロニサラダ	わかめ とり肉、鶏レバー、大豆、あつあげ マグロ	こめ、むぎ、砂糖 じゃがいも、油、さとう、でん粉 マカロニ(小麦)、卵なしマヨネーズ ドレッシング(レモン、ライム、ゆず)	こんにやく、たまねぎ、にんじん、しいたけ いんげん、しょうが きゅうり、コーン	
5	月	 むぎごはん デークニンブシー いわししょうが煮 バナナ	ぶた肉、とうふ、こんぶ、みそ いわし	こめ、むぎ 油、さとう 砂糖、でん粉	こんにやく、大根、にんじん、小松菜、しいたけ しょうが バナナ	
6	火	 全粒粉パン パンブキンスープ カリフラワーのマリネ とうふ、ハンバーグ	脱脂粉乳(乳) とり肉、豆乳 しらす 大豆、鶏肉、豆腐	小麦粉、全粒粉、砂糖、油 じゃがいも、油、米粉、乳なしマーガリン ドレッシング(だいだい、レモン、たんかん) 油、でん粉、砂糖	かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、パセリ カリフラワー、ブロッコリー、きゅうり、コーン 玉ねぎ	
7	水	 むぎごはん ゆしとうふ にんじんしりしり カップもずく	ゆし豆腐 たまご、まぐろ、ぶた肉 もずく	こめ、むぎ 油 砂糖	長ねぎ にんじん、たまねぎ、いんげん シークワーサー	小麦
8	木	 むぎごはん ワンタンスープ ブルコギ チーズ	ワンタン(小麦) ぶた肉 チーズ(乳)	こめ、むぎ マロニー、油、さとう、ごま、ごま油	キャベツ、コーン、小松菜、しょうが 玉ねぎ、人参、竹の子、ピーマン、にんにく、しょうが	
9	金	 あきのかおりごはん はくさいのおかかあえ まぐろカツレツ ブルーベリークレープ	とり肉 かつお節 マグロ 豆乳、大豆	米、油、さつまいも、くり さとう パン粉(小麦)、砂糖、油、でん粉 油、砂糖、米粉、でん粉	にんじん、しめじ、えだまめ はくさい、きゅうり、にんじん ブルーベリー、レモン	



秋

秋

秋休み

19	月	 くらまいごはん いなむどうち タマナーチャンブルー きびなごのさくさく揚げ 豆乳、バニラ大福	ぶた肉、かまぼこ、みそ ポーク、とうふ きびなご、大豆、みそ 豆乳	こめ、黒米 油 小麦粉、油、でん粉、砂糖 砂糖、でん粉、もち粉、上新粉、油	こんにやく、しいたけ キャベツ、もやし、にんじん、ピーマン しょうが	
20	火	 麦ごはん 根菜カレー フルーツポンチラフランスゼリー入り	とり肉、白いんげん豆 フルーツポンチラフランスゼリー入り	こめ、むぎ じゃがいも、さつまいも、油、米粉 乳なしマーガリン ラフランスゼリー、砂糖	たまねぎ、にんじん、だいこん、れんこん しめじ もも、洋なし、ぶどう、パイン、さくらんぼ、みかん	
21	水	 むぎごはん ガパオライス わかめスープ なし	とり肉、鶏レバー、大豆、みそ わかめ、ぶた肉	こめ、むぎ 油、さとう、ごま油	たまねぎ、にんじん、ピーマン、コーン、にんにく しょうが、バジル はくさい、しめじ、小松菜 なし	ホタテ、カキ、魚醤
22	木	 むぎごはん ポークスタミナ丼(具) さかなそうめんじる かき	ぶた肉、豆腐、みそ(小麦) かまぼこ	こめ、むぎ 油、さとう、ごま油、でん粉	なす、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、小松菜 かき	
23	金	 おきなわそば おきなわそば(汁・具) すみそあえ オートミールクッキー	ぶた肉 ちくわ、みそ 豆乳	小麦粉、油 さとう 小麦粉、オート麦、さとう、乳なしマーガリン	キャベツ、たまねぎ、にんじん、小松菜、しょうが 大根、きゅうり、人参、ほうれん草、シークワーサー	
26	月	 むぎごはん ビビンバ ビビンバ 和え物 トックスープ	ぶた肉、みそ(小麦) とり肉	こめ、むぎ 油、さとう、ごま油、ごま さとう、ごま油 すいとん(小麦)	たけのこ、たまねぎ、ピーマン、にんにく にんじん、小松菜、もやし にんじん、ほうれん草、しめじ	
27	火	 むぎごはん もずくのすましじる 豚しゃぶサラダ さばカレー煮	もずく、油揚げ ぶた肉 さば	こめ、むぎ さとう、ごま油 砂糖、黒糖、油	とうがん、にんじん、しいたけ、小松菜、しょうが キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン、しょうが にんにく 白桃、トマト、にんにく、うめ、しょうが	貝
28	水	 麦ごはん ハヤシライス ブロッコリーとササミのサラダ	牛肉 とり肉	こめ、むぎ じゃがいも、油、米粉、乳なしマーガリン、砂糖 ドレッシング(小麦)	玉ねぎ、人参、ほうれん草、マッシュルーム にんにく ブロッコリー、コーン、キャベツ、にんじん	
29	木	 あおなごはん じゃがいものみそ汁 いそか和え さんまみぞれ煮 ココアあげパン	かつお節 ぶた肉、みそ かつお節、のり さんま	こめ、砂糖 じゃがいも ごま、さとう、ごま油 砂糖、でん粉	広島菜、京菜、大根菜 にんじん、しいたけ、小松菜 ブロッコリー、キャベツ、きゅうり、にんじん だいこん	
30	金	 ミネストローネ かいそうサラダ ハロウィンデザート	きな粉 とり肉 まわかれ、昆布、つまた、白キリンサイ 豆乳	コッペパン(小麦、乳)、油、さとう、ココア じゃがいも、油、さとう ドレッシング(小麦) 砂糖、でん粉	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、にんにく、トマト はくさい、きゅうり、カリフラワー、コーン かぼちゃ	