

※「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
たまご、乳、小麦、落花生(ピーナッツ)、エビ、そば、カニ、くるみ	豚肉、魚、魚介エキス、イカ、あさり、魚卵、なす、やまいも、ナッツ類、果物
※ 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。 ※ 給食を食べる前に、必ず内容を確認してください。 ※ 給食センターで使用しているかまぼこは、卵・乳・エビ・カニを含んでいません。 ※ 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。	※ 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。 ※ 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。 ※ 使用しているハム・ベーコン・ポーク・ウインナーは、卵・乳・小麦を含んでいません。

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	 ごはん とりそばろの二色丼 豆乳ごまみそ汁	鶏肉、大豆、かつお節 豚肉、厚揚げ、みそ、豆乳	米 油、さとう、ごま ごま	玉ねぎ、にんじん、しょうが、小松菜、キャベツ にんじん、はくさい、ねぎ	
2	木	 麦ごはん 中華丼 ビーフンスープ	豚肉、厚揚げ 鶏肉	米、大麦 油、さとう、でん粉、ごま油 ビーフン(米)、油、ごま油	玉ねぎ、にんじん、はくさい、チンゲンサイ、 しょうが、にんにく にんじん、たけのこ、しいたけ、もやし、玉ねぎ、 長ねぎ、にら	オイスターソース(か・ホテ・魚醬)
3	金	 沖縄塩焼きそば 豚しゃぶサラダ 肉焼売 みかんゼリー	豚肉 豚肉 鶏肉、豚肉、みそ、大豆	沖縄そば(小麦)、ごま油 パン粉(小麦)、でん粉、さとう、小麦粉、油 さとう	にんにく、しょうが、にんじん、キャベツ、玉ねぎ、 チンゲンサイ、きくらげ、長ねぎ きゅうり、キャベツ、赤ピーマン、コーン 玉ねぎ、しょうが うんしゅうみかん果汁	オイスターソース(か・ホテ・魚醬) ドレッシング(小麦・鶏肉・豚肉・りんご)
6	月	 秋の香りごはん 小松菜のおかか和え ひじきいり厚焼き玉子 (代替食)キャベツ入り平つくね お月見大福	鶏肉、油揚げ 鶏肉、大豆、かつお節 卵、ひじき 鶏肉、えんどう豆、かつお節 インゲン豆、豆乳	米、カルシウム米、くり、油 さとう でん粉、さとう、油 でん粉、さとう、油 さとう、米粉、さつまいも、でん粉	にんじん、しめじ、ねぎ 小松菜、にんじん、はくさい にんじん キャベツ、しょうが、にんにく	
7	火	 もちきびごはん じゃがいものそばろ煮 シークワサーポン酢和え	鶏肉、大豆、厚揚げ ツナ	米、もちきび じゃがいも、油、さとう、でん粉 さとう	玉ねぎ、にんじん、しいたけ、枝豆 キャベツ、にんじん、もやし	シークワサー果汁
8	水	 (小)キャラメルあげパン (中)コッペパン キャベツのクリーム煮 コロコロサラダ (中)りんごジャム	きな粉 脱脂粉乳(乳) 鶏肉、豆乳 ひよこ豆、青えんどう豆、赤いんげん豆、ポーク(豚)	コッペパン(小麦・乳)、さとう 小麦粉、さとう、油 じゃがいも、乳不使用マーガリン、米粉、油 卵なしマヨネーズ、さとう さとう	玉ねぎ、にんじん、キャベツ、しめじ、ほうれん草 ブロッコリー、きゅうり、枝豆、コーン、赤ピーマン りんご	シークワサー果汁、白ワイン・梅・
9	木	 ごはん シカムドウチ 県産まぐろのシークワサーみそ焼き もずくの和え物	豚肉、かまぼこ、油揚げ まぐろ、みそ もずく、鶏肉	米 卵なしマヨネーズ、さとう さとう	こんにゃく、とうがん、しいたけ、しょうが 大根、もやし、きゅうり、にんじん	シークワサー果汁 レモン果汁
10	金	 ごはん タガメス号のシチュー(ポークシチュー) 緑黄色野菜サラダ 目の愛護デーゼリー	豚肉 大豆、鶏肉	米 油、さとう、米粉 ごま さとう	にんにく、玉ねぎ、しめじ、マッシュルーム、トマト かぼちゃ、赤ピーマン、ブロッコリー、キャベツ ブルーベリー果汁	ポーク・イロ(鶏肉、豚肉) ドレッシング(オレンジ・りんご)

     秋休み 10/14(火)~10/17(金)     

20	月	 ごはん 特産さのこカレー チーズ トビカイン入りフルツ白玉	豚肉、白花生、白いんげん豆 チーズ(乳) 白玉団子、ゼリー(ぶどう)	米 じゃがいも、油 白玉団子、ゼリー(ぶどう)	玉ねぎ、にんじん、トマト、マッシュルーム、しめじ、 エリンギ、にんにく、しょうが、りんごピューレー パイン(缶)、みかん(缶)、りんご(缶)	シークワサー果汁
21	火	 ごはん 豚肉の生姜炒め のり さつまい	豚肉 のり 鶏肉、厚揚げ、みそ	米 さとう さつまいも	しょうが、玉ねぎ にんじん、ごぼう、こんにゃく、しいたけ、長ねぎ	
22	水	 (小)コッペパン (中)キャラメルあげパン やなせたかしの好きなグリーンスープ マスタートサラダ (小)りんごジャム	脱脂粉乳(乳) きな粉 鶏肉、白花生、白いんげん豆、豆乳、 ツナ	小麦粉、さとう、油 コッペパン(小麦・乳)、さとう じゃがいも、米粉、乳不使用マーガリン 油 さとう	 グリーンピース、玉ねぎ、セロリー キャベツ、コーン りんご	さとうきびパウダー レモン果汁、粒入りマスタート
23	木	 ごはん 鶏と大根のみそ汁 チキナーイリチー 柿	鶏肉、みそ 厚揚げ、ベーコン、ツナ	米 油	大根、玉ねぎ、にんじん、小松菜 からし菜、キャベツ、もやし、にんじん 柿	
24	金	 スパゲッティペペロンチーノ チキンとキャベツのマリネ 焼き栗コロッケ	豚肉、ウインナー 鶏肉	パゲッティ(小麦)、油、乳不使用マーガリン さとう 油、じゃがいも、さつまいも、くり、さとう、 パン粉(小麦)、小麦粉、でん粉	玉ねぎ、しめじ、にんじん、キャベツ、にんにく キャベツ、にんじん、きゅうり	白ワイン、七味唐辛子(ごま) ドレッシング(だいたい・レモ・ りんご・たんかん・小麦・ゼラチン)
27	月	 もちきびごはん イナムドウチ マングロー カープチー	豚肉、油揚げ、かまぼこ、みそ 豚肉、厚揚げ	米、もちきび 油、さとう	こんにゃく、しいたけ こんにゃく、大根、にんじん、小松菜 カープチー(みかん)	
28	火	 キムタクごはん チョレギサラダ ヤンニョムチキン	豚肉 わかめ、のり 鶏肉	米、カルシウム米、ごま油、油 ごま油、さとう、ごま でん粉、油、さとう	にんじん、きくらげ、枝豆、白菜、千切大根漬、 白菜キムチ(小麦・りんご・さば) にんにく、しょうが、トマト	ポーク・イロ(鶏肉、豚肉) レモン果汁
29	水	 きのこスパゲッティ ツナポテサラダ トマトオムレツ (代替食)ハンバーグ	鶏肉 ツナ 卵、鶏肉 豚肉、鶏肉、大豆	パゲッティ(小麦)、油、乳不使用マーガリン じゃがいも、卵なしマヨネーズ、さとう、ごま 油、でん粉 でん粉、さとう、油	にんじん、玉ねぎ、きくらげ、しめじ、エリンギ、 しいたけ、にんにく きゅうり、コーン、ピクルス 玉ねぎ、トマト 玉ねぎ	
30	木	 ごはん 白菜と春雨スープ ブルコギ 梨	つくね(鶏肉) 豚肉	米 緑豆春雨、ごま油 さとう、でん粉、ごま	にんじん、はくさい、パクチョイ、玉ねぎ、セロリー しょうが、にんじん、キャベツ、もやし、にら、玉ねぎ、しいたけ 梨	豚肉
31	金	 全粒粉パン 人参とかぼちゃのスープ チリコンカン ハワイ米粉のカップケーキ	脱脂粉乳(乳) 鶏肉 牛肉、豚肉、豚レバー、ウインナー、金時豆 豆乳、大豆	小麦粉、全粒粉(小麦)、砂糖、油 乳不使用マーガリン、米粉、油 乳不使用マーガリン 米粉、さとう、油、でん粉	にんにく、かぼちゃ、にんじん、玉ねぎ にんにく、玉ねぎ、にんじん、セロリー、ピーマン、トマト かぼちゃ	さとうきびパウダー さとうきびパウダー