

令和7年7・8月

詳細献立表(アレルギー)

銘苅学校給食センター

917-3463

※「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
卵,乳,小麦,落花生(ピーナッツ),エビ,そば,カニ,くるみ		タコ,イカ,たら科,ホキ,ナッツ類,ごま,キウイ,もも,りんご
※ 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。
※ 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。		※ 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	火	 むぎごはん タコライス タコス用サラダ スライスチーズ アーサ汁	豚肉,鶏レバー,大豆 チーズ(乳) アーサ,とうふ	こめ,麦 油	たまねぎ,人参,赤ピーマン,トマト,にんにく キャベツ,きゅうり ほうれん草,しょうが	
2	水	 黒糖パン キャロットスープ ゴーヤー,れんこん,チップス バイン	脱脂粉乳(乳) 鶏肉,白いんげん豆,豆乳	小麦粉,油,黒糖 じゃが芋,米粉,乳なしマーガリン でん粉,油 砂糖	たまねぎ,人参,ブロッコリー,にんじん ゴーヤー,れんこん バインアップル	
3	木	 ウッチンライス ミミガー入りゴマあえ いわしのしょうが煮	鶏肉 ミミガー いわし	こめ,麦,油 ごま,ドレッシング(ごま),卵なしマヨネーズ,さとう 砂糖,でん粉	玉ねぎ,人参,えのきたけ,コーン,えだ豆 きゅうり,パパイア,ほうれん草 しょうが	
4	金	 むぎごはん 水ぎょうざスープ レバニういため オレンジ	水餃子(小麦,ごま油) 豚レバー,豚肉	こめ,麦 ごま油 油,さとう,でん粉	しいたけ,キャベツ,こまつな,しょうが 竹の子,玉ねぎ,人参,にら,にんにく,しょうが オレンジ	カキ,ホタテ,魚醤
7	月	 きびごはん 魚ソーメン汁 ゴーヤーのあえもの キャベツ入り平つくね 七夕ゼリー	かまぼこ(イトヨリ),油揚げ とうふ 鶏肉,かつお節 豆乳,寒天	こめ,もちきび さとう,ごま油 油,砂糖,でん粉 砂糖,でん粉	えのきたけ,人参,こまつな,しょうが ゴーヤー,きゅうり,パパイア,コーン きゃべつ,しょうが,にんにく レモン,メロン	
8	火	 鶏ごぼうごはん 切干大根のシークワサーあえ マクロフライ	鶏肉 大豆 まぐろ	こめ,麦,油 さとう パン粉(小麦),でん粉,油	人参,ごぼう,しめじ,ねぎ 干切大根,キャベツ,人参,ブロッコリー,シークワサー	
9	水	 冷やし中華(麺) 冷やし中華(タレ) 冷やし中華(具) わかめスープ すいか		小麦粉,油,ごま油,砂糖,でん粉 砂糖,ごま油	レモン,みかん オクラ,人参,きゅうり 白菜,長ねぎ,しょうが すいか	りんご
10	木	 わかめごはん クーリジシ 厚揚げのみそ炒め 納豆(タレ付)	わかめ たまご,豚肉 鶏肉,厚揚げ,みそ 納豆	こめ,麦,砂糖 油,さとう,でん粉 (砂糖)	しいたけ,冬瓜,ほうれん草 たまねぎ,人参,なす,ピーマン,にんにく,しょうが	
11	金	 むぎごはん もずく丼 小松菜のあえもの バインクレープ	もずく,豚肉,鶏レバー,大豆 鶏肉 豆乳,大豆	こめ,麦 油,さとう,でん粉 さとう,ごま油 砂糖,油,米粉,でん粉	こんにゃく,しいたけ,玉ねぎ,人参,えだ豆,コーン,にんにく,しょうが こまつな,モーウイ,人参 バインアップル	
14	月	 げんまいごはん へちまカレー フルーツポンチ サイダー風	鶏肉,鶏レバー,白いんげん豆	こめ,玄米 じゃが芋,油,米粉,乳なしマーガリン サイダー風ゼリー,砂糖	へちま,玉ねぎ,人参,モーウイ,パパイア,にんにく,しょうが もも,なし,ぶどう,バインアップル,さくらんぼ,みかん	
15	火	 沖縄そば(めん) 沖縄そば(汁) 肉野菜いため(そば用) すみそあえ ひとくち黒糖		小麦粉,油 油 さとう 黒糖	ねぎ,しょうが キャベツ,玉ねぎ,人参,からし菜 きゅうり,モーウイ,ほうれん草,シークワサー	
16	水	 むぎごはん あぐー豚丼 ごまポテトサラダ	豚肉 ツナ(まぐろ),赤いんげん豆	こめ,麦 油,さとう,でん粉 じゃが芋,ごまドレッシング(ごま),卵なしマヨネーズ	こんにゃく,キャベツ,たまねぎ,人参,れんこん,しめじ いんげん,にんにく きゅうり,コーン	
17	木	 ゆかり黒米ごはん なかみ汁 ゴーヤーチャンプルー ヨーグルト	豚中味,豚肉 たまご,とうふ,かまぼこ(たら) 牛乳	こめ,黒米,砂糖 油 砂糖	しそ しいたけ,こんにゃく,ねぎ,しょうが ゴーヤー,玉ねぎ,人参	
18	金	 県産きのこの炊き込みごはん 梅ドレあえ イカフライ 冷凍みかん	鶏肉,油揚げ 大豆 イカ	こめ,麦,油 ドレッシング,さとう パン粉(小麦),小麦粉,でん粉,油	人参,えのきたけ,しめじ,ごぼう,えだ豆 モーウイ,きゅうり,人参,ブロッコリー みかん	

8月



夏休み7/19～8/25



26	火	 ごはん 島野菜カレー フルーツナタデココ	鶏肉,鶏レバー,白いんげん豆	こめ じゃが芋,油,米粉,乳なしマーガリン 砂糖	玉ねぎ,人参,へちま,モーウイ,ピーマン,にんにく,しょうが もも,なし,ぶどう,バインアップル,さくらんぼ,みかん ナタデココ	
27	水	 むぎごはん マーボーナス パパイアサラダ	豚肉,鶏レバー,大豆,とうふ,みそ ツナ(まぐろ)	こめ,麦 油,でん粉,ごま油 ドレッシング,さとう	しいたけ,なす,たまねぎ,人参,長ねぎ,にら,にんにく,しょうが パパイア,ブロッコリー,人参	小麦 りんご
28	木	 きびごはん シカムドゥチ にんじんシリシリ シークワサーゼリー	豚肉,かまぼこ(たら) たまご,鶏肉	こめ,もちきび 油 さとう	こんにゃく,しいたけ,大根,しょうが 人参,玉ねぎ,パパイア,いんげん シークワサー	
29	金	 うちな一焼きそば ごぼうサラダ きびなご天ぷら 紅芋アイス	豚肉,油揚げ 鶏肉 きびなご,大豆 豆乳	沖縄そば(小麦),油 卵なしマヨネーズ,さとう,ごま油,ごま 小麦粉,油,でん粉,パン粉(小麦) 砂糖,油,紅芋	キャベツ,たまねぎ,人参,こまつな,にんにく,しょうが ごぼう,きゅうり,人参,コーン	