

# 令和6年6月 詳細献立表(アレルギー)

首里学校給食センター

※「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8品目及び下記の品目について表示しています。

電話番号 917-3458

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)、えび、そば、かに、くるみ ※くるみは、表示義務の経過措置期間が2025年3月31日までとされているため、把握できる範囲にて表示しています。		魚介類、カシューナッツ、牛肉、ごま、山芋 くだもの、魚卵、トマト、田芋、里芋	
※ 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います。		※ 詳しい情報が必要な方、または不明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。	
※ 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。	
※ 給食を食べる前に、必ず内容を確認してください。		※ 給食で使用するもずくやアササ、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
3	月	 だいきのたきごははん ゴーヤーのごまドレあえ さつまいもてんぷら	とり肉、大豆、あぶらあげ ツナ(まぐろ)、大豆	米、麦、油 ドレッシング(ごま)、さとう、ごま さつまいも、小麦粉、てん粉、油	にんじん、ごぼう、えだまめ モーウイ、ゴーヤー、にんじん、コーン	かつおだし汁
4	火	 むぎごははん どうぶとどうがんのみそに たくあんあえ キビナゴからあげ	ミートボール、とうふ、みそ かつおぶし きびなご ※時期によっては魚卵を 含むことがあります。	米、麦 里芋、ごま ごま、さとう 油	どうがん、にんじん、こまつな、しいたけ きゅうり、はくさい、たくあん	かつおだし汁
5	水	 ぜんりゅうふんパン コンスープ ブロッコリーソテー もも	脱脂粉乳(乳) とり肉、白花豆、白いんげん豆、豆乳 ツナ(まぐろ)	小麦粉、全粒粉、さとう、あぶら じゃがいも、油、さつまいも、米粉 乳なしマーガリン さとう	コーン、たまねぎ、マッシュルーム ブロッコリー、キャベツ、にんじん 黄桃(もも)	
6	木	 むぎごははん ワンダンスープ ずぶた きんぴらにくだんご	とうふ ぶた肉 とり肉、ぶた肉、大豆	米、麦 ワンタン(小麦、魚肉、ごま、ホタテエキス) さとう、ごま油、てん粉	はくさい たまねぎ、たけのこ、にんじん、ピーマン、しいたけ、 黄ピーマン、にんにく、しょうが	トマト りんご
7	金	 きびごははん とんじる ミルクおから さばのしおやき	ぶた肉、みそ とり肉、おから、牛乳、チーズ(乳) さば	米、もちきび じゃがいも、さつまいも 油、さとう	だいこん、にんじん、たまねぎ たまねぎ、にんじん、えだまめ	かつおだし汁
10	月	 ごははん わかめスープ ガバオライス ちゅうかポテト	とうふ、わかめ ぶた肉、とりレバー、大豆	米 ごま さとう、ごま油 さつまいも、油、さとう、こくとう	はくさい たまねぎ、にんじん、しめじ、ゴーヤー、コーン、パジル、 にんにく	魚介エキス、魚醤
11	火	 むぎごははん マーボーどうふ ハンパンスー わふうすパグティ	ぶた肉、とうふ、大豆、みそ とり肉 ベーコン	米、麦 油、さとう、てん粉、ごま油 はるさめ、ごま、さとう、ごま油	へちま、たまねぎ、にんじん、たけのこ、えだまめ、 きくらげ、にんにく、しょうが きゅうり、キャベツ、にんじん、コーン	
12	水	 カラフルサラダ トマトミートオムレツ ばんなごった	ツナ(まぐろ)、大豆 卵、とり肉 豆乳	小麦粉、全粒粉、さとう、あぶら ドレッシング(ブルー、レモン) あぶら さとう、あぶら、てん粉、水あめ	たまねぎ、にんじん、こまつな、しいたけ、にんにく キャベツ、カリフラワー、にんじん、えだまめ、コーン トマト、たまねぎ いちご	トマト りんご
13	木	 きびごははん だいこんのみそしる きんぴらごぼう かみかみバーグ	あぶらあげ、みそ ぶた肉 とり肉、大豆	米、もちきび ごま、油、ごま油、さとう パン粉(小麦)、さとう、あぶら	だいこん、えのきたけ、ながねぎ ごぼう、にんじん、いんげん、こんにゃく たまねぎ、ごぼう	かつおだし汁 かつおだし
14	金	 キムチチャーハン なつやさいとチキンのごまあえ かぼちゃ天ぷら ミニフィッシュ	ぶた肉 とり肉、大豆 カタクチイワシ	米、麦、油 ごま、ドレッシング(ごま)、さとう 小麦粉、てん粉、油 さとう、てん粉	はくさいキムチ(りんご、ごぼう、かつおぶしエキス)、 にんじん、たけのこ、きくらげ、えだまめ、にんにく きゅうり、モーウイ、にんじん、コーン かぼちゃ	
17	月	 しそごははん みそにくじゃが とうふハンバーグ	ぶた肉、みそ 大豆、とり肉、豆腐	米、麦、さとう じゃがいも、油、さとう、ごま あぶら、てん粉、さとう	たまねぎ、にんじん、こんにゃく、いんげん たまねぎ	かつおだし汁
18	火	 ごははん ちゅうかスープ にくやさしいため ペにいもごまだんご	とり肉、とうふ、かまぼこ ぶた肉 紅いも、もち粉、ごま、さとう、白玉粉、あぶら	米 はるさめ 油、さとう	はくさい、しいたけ キャベツ、たまねぎ、にんじん、こんにゃく、にんにくのめ、 にんにく	
19	水	 コップパン かぼちゃスープ ツナサラダ スティックタルト	脱脂粉乳(乳) とり肉、白いんげん豆、豆乳 ツナ(まぐろ) おから	小麦粉、さとう、あぶら 米粉、あぶら、さつまいも 卵なしマヨネーズ、ドレッシング さつまいも、あぶら、米粉、さとう	かぼちゃ、たまねぎ、マッシュルーム キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン りんご	
20	木	 イナムドゥチ タマナーチャンブルー くるまふのナゲット	ぶた肉、かまぼこ、あぶらあげ、みそ ポーク、とうふ とり肉、ふ(小麦)	米、麦、さとう 油 あぶら	こんにゃく、しいたけ キャベツ、たまねぎ、にんじん にんにく	かつおだし汁 かつおだし
21	金	 ポロポロジュシー シマナータチャー パインスライス	ぶた肉、あぶらあげ ツナ(まぐろ)、とうふ	米、さつまいも 油 さとう 米、麦	にんじん、こまつな からしな、もやし、にんじん パイナップル	かつおだし汁 かつおだし
24	月	 むぎごははん ポークカレー ブロッコリーサラダ	ぶた肉、大豆、白花豆、白いんげん豆 ツナ(まぐろ)、大豆	米、麦 じゃがいも、油、米粉 ドレッシング(トマト)	たまねぎ、にんじん、なす、しめじ、えだまめ、トマト、 ブルー、にんにく ブロッコリー、はくさい、赤ピーマン、コーン	トマト
25	火	 むぎごははん どうがんのごまみそに こまつなのおひたし ふりかけ	ぶた肉、あつあげ、かまぼこ、こんぶ、みそ かつおぶし かつおぶし、のり、あおさ	米、麦 里芋、油、さとう、ごま さとう ごま、てん粉、米胚芽、さとう	どうがん、にんじん こまつな、はくさい	かつおだし汁
26	水	 なかよしパン ホワイトシチュー はなやさいソテー アセロラゼリー	脱脂粉乳(乳) 鶏肉、白いんげん豆、豆乳 ツナ(まぐろ)	小麦粉、さとう、あぶら じゃがいも、里芋、米粉、卵なしマーガリン、油 乳なしマーガリン さとう	たまねぎ、はくさい、にんじん ブロッコリー、カリフラワー、にんじん、コーン アセロラ	りんご
27	木	 むぎごははん もずくのすましじる みそきんぴら まぐろカツ	とり肉、もずく ぶた肉、あぶらあげ、みそ まぐろ、大豆	米、麦 油、さとう、ごま、ごま油 パン粉(小麦)、小麦粉、油、さとう	はくさい、えのきたけ れんこん、にんじん、こんにゃく、えだまめ たまねぎ、しょうが、にんにく	かつおだし汁 かつおだし ほたてエキス
28	金	 ひじきごははん いんげんのごまあえ めんちかつ	ぶた肉、あぶらあげ、ひじき とり肉 とり肉、ぶた肉、大豆	米、麦、油 ごま、さとう あぶら、さとう、てん粉	ごぼう、にんじん、えだまめ いんげん、キャベツ、にんじん たまねぎ、しょうが、にんにく	かつおだし汁