

令和7年11月 食品詳細献立表

豊見城市学校給食センター
電話(098) 850-4585

表示義務(特定原材料)7品目				※材料・天候・その他により献立を変更する場合があります。 詳細な情報を知りたい方は、給食センターまでご連絡ください。 ※食材や調味料等について、()内にアレルギー食材の記載しています。 ※使用頻度の高いしょうゆ(小麦・大豆)、料理酒(小麦)、酢(小麦)、アレルギーを含まない調味料についてはアレルギー表示を含め記載を省略しています。 ※アーサ・もずくの養殖場には、ヨコエビ類(食物アレルギー表示外)が生息しています。 ※カワハギ、海藻類、小魚類はえび、かにが混ざる漁法・生息域で捕獲されています。 ※給食で使用しているかまぼこ等の練り製品は卵抜きを使用しています。卵入りを使用する際は、下記の表に記載します。 ※大量調理を行うため、微量のアレルゲンの混入(コンタミネーション)を完全に避けることはできません。 ※給食で使用しているでん粉の原料はじゃがいもを記載しています。 その他の食材由来のでん粉を使用する際には、下記の表に記載します。							
卵、乳、小麦、落花生(ピーナッツ)、えび、そば、かに											
その他											
大豆、さけ、さば、いか、いくら、オレンジ、キウイ、バナナ、もも、りんご、山芋 くるみ、カシューナッツ、ごま、パイン、マンゴー、メロン、アーモンド、まぐろ、牛肉											
日	曜日	こ ん だ て		(あか)	(きいろ)	(みどり)	調味料	栄養価(8訂)			
				おもに体をつくるもとになる食品	おもにエネルギーのもとになる食品	おもに体の調子を整えるもとになる食品		小	中		
4	火		ごはん		こめ			E 555	Kcal	655	Kcal
			ゆし豆腐	ゆしどうふ,アーサ		ねぎ	ポークブイオン(豚・鶏)	P 25.5	g	29.6	g
			ひじき炒め	ひじき,豚肉,油あげ(大豆),大豆, かまぼこ	大豆油	にんじん,キャベツ,にら,こんにゃく	ポークブイオン(豚・鶏)	F 15.5	g	17	g
			さつまいもスティック		さつまいも,植物油脂						
5	水		わかめごはん	わかめ	こめ			E 538	Kcal	670	Kcal
			豚汁	豚肉,豆腐,みそ	じゃがいも,さといも	にんじん,長ねぎ,しいたけ,こまつな		P 22.9	g	27	g
			切り干し大根のあえもの	わかめ,ツナ		切り干し大根,きゅうり,にんじん,レ モン果汁		F 10.3	g	11	g
			みかん			みかん					
6	木		ごはん		こめ			E 545	Kcal	683	Kcal
			マーボー大根	豚肉,高野豆腐,豆腐,みそ	ごま油,大豆油,でん粉	大根,にんじん,たまねぎ,たけのこ, にら,しいたけ,しょうが	マーボー豆腐の素(カキエクス、小麦、大豆、牛肉、豚肉、セラチン、ごま)、オイス ターソース(カキエクス、ホタテエクス)、ポークブ イオン(鶏、豚)	P 21.8	g	25.8	g
								F 13.3	g	14.6	g
			春雨の中華サラダ	鶏肉	はるさめ,ゴマ油,ごま,大豆油	きゅうり,もやし,にんじん					
7	金		ごはん		こめ			E 638	Kcal	735	Kcal
			大根のみそ汁	豚肉,みそ		しめじ,大根,たまねぎ,にんじん,長 ねぎ		P 26.7	g	30.8	g
			五目きんぴら	豚肉,油揚げ(大豆)	ごま,ごま油,大豆油	ごぼう,こんにゃく,にんじん,ピーマ ン	チキンブイオン(鶏)	F 12.4	g	13.5	g
			バナナ			バナナ					
10	月		スパゲティナポリタン	豚肉,ウインナー(豚),鶏レバー	スパゲッティ(小麦),大豆油	にんじん,たまねぎ,マッシュルーム, ピーマン,トマト,にんにく	チキンブイオン(鶏)	E 622	Kcal	723	Kcal
								P 28.4	g	33.6	g
								F 26.6	g	30.8	g
			魚のオレンジソースがけ	白身魚	米粉,でんぶん,大豆油	にんにく	オレンジジュース				
			ブロッコリーサラダ		卵なしマヨネーズ	ブロッコリー,カリフラワー,コーン, シークワーサー果汁					
11	火		ごはん		こめ			E 524	Kcal	654	Kcal
			白菜スープ	鶏肉,		白菜,にんじん,しいたけ,こまつな	チキンブイオン(鶏)	P 25.8	g	30.4	g
			もずく丼	もずく,豚肉,鶏レバー	大豆油	たまねぎ,コーン,にんじん,ピーマ ン,しょうが		F 11.1	g	12	g
			りんご			りんご					
12	水		コッペパン(小学校)	脱脂粉乳	小麦粉,ショートニング		大豆由来成分	E 575	Kcal	763	Kcal
			きなこ揚げパン(中学校)	脱脂粉乳,きなこ	小麦粉,ショートニング,黒糖,大豆油		大豆由来成分	P 28	g	35	g
								F 19.6	g	29.6	g
			ポークビーンズ	豚肉,大豆,ポークビーンズ(大豆・ 小麦・豚肉)	じゃがいも,大豆油	たまねぎ,トマト,にんじん,セロリ,マッ シュルーム,にんにく	ポークブイオン(鶏,豚),トマトソース(大豆)				
			ひじきチーズサラダ	ひじき,ツナ,チーズ	卵なしマヨネーズ	キャベツ,きゅうり,コーン					
13	木		ごはん		こめ			E 617	Kcal	761	Kcal
			チムシンジ	豚肉,豚レバー	じゃがいも	にんじん,にら,にんにく		P 32.6	g	38	g
			フータシヤー	卵,ツナ,ポーク(豚,鶏)	大豆油,ふ(小麦、大豆),	にんじん,キャベツ,小松菜		F 17.7	g	19.5	g
			スティック納豆	納豆,昆布,のり		梅肉					
14	金		ごはん		こめ			E 588	Kcal	727	Kcal
			八宝菜	豚肉,なると,うずらの卵	大豆油,でんぶん	にんじん,たまねぎ,はくさい,パク チオイ,しいたけ,しょうが,にんにく,き くらげ,たけのこ	オイスターソース(カキエクス、ホタテエクス)、 ポークブイオン(鶏、豚)	P 19	g	22.4	g
								F 16.2	g	18.1	g
			大学いも(1人2個)		さつまいも,大豆油,水あめ,でんぶ ん,ごま						
17	月		ごはん		こめ			E 590	Kcal	723	Kcal
			アーサ汁	アーサ,豆腐		大根,しょうが	チキンブイオン(鶏)	P 25.9	g	30.8	g
			豚肉のしょうが焼き	豚肉	はちみつ,大豆油	キャベツ,たまねぎ,しめじ,ピーマン, しょうが		F 14.6	g	15.4	g
			豆乳だいふく	豆乳クリーム	もち粉,でんぶん(とうもろこし),水あ め,植物油脂						
18	火		ごはん		こめ			E 593	Kcal	736	Kcal
			チキンカレー	鶏肉,鶏レバー	じゃがいも,米粉,大豆油,乳なし マーガリン(豚・大豆),黒糖	にんじん,たまねぎ,かぼちゃ,ブロッ コリー,にんにく	チャツネ(りんご) チキンブイオン(鶏)	P 20.6	g	24.2	g
								F 16.8	g	18.6	g
			大根のレモンづけ			だいこん,きゅうり,レモン果汁					
			チーズ	チーズ(乳)							
19	水		ごはん		こめ			E 596	Kcal	719	Kcal
			煮つけ	鶏肉,厚揚げ(大豆),昆布,かまぼこ	大豆油	こんにゃく,にんじん,大根,小松菜		P 25.5	g	30.2	g
								F 18.7	g	21.8	g
			千草焼き	たまご,鶏肉,チーズ(乳)	大豆油,でんぶん,植物油脂	たまねぎ,にんじん,ほうれん草,しい たけ					
			ナッツと魚	かたくちいわし	アーモンド,かぼちゃの種,ごま,植物油 脂						
20	木		ごはん		こめ			E 573	Kcal	714	Kcal
			イナムドッチ	豚肉,かまぼこ,みそ		しいたけ,こんにゃく	ポークブイオン(豚・鶏)	P 28.1	g	33.3	g
			タマナーチャンプルー	豚肉,かまぼこ,豆腐,かつおぶし	大豆油	にんじん,キャベツ,もやし,小松菜, にんにく		F 15.3	g	17	g
			オレンジ			オレンジ					
21	金		ごはん		こめ			E 575	Kcal	709	Kcal
			すまし汁	鶏肉,豆腐,わかめ		にんじん,大根,えのき		P 22.9	g	26.4	g
			ごまあえ		ごま	小松菜,もやし,キャベツ,にんじん		F 19.6	g	21.1	g
			さんまのかば焼き風	さんま	米粉,大豆油,でんぶん,ごま	しょうが					
25	火		ごはん		こめ			E 598	Kcal	694	Kcal
			豚肉のしらたき炒め	豚肉,厚揚げ(大豆)	大豆油	にんにく,こんにゃく,たまねぎ,にん じん,はくさい,小松菜	ポークブイオン(豚・鶏)	P 23.4	g	26.1	g
								F 17	g	18	g
			いわしの梅みそ煮	いわし,みそ	米粉	梅肉,しそ					
			ぶどうゼリー			ぶどう果汁					
26	水		コッペパン	脱脂粉乳	小麦粉,ショートニング		大豆由来成分	E 598	Kcal	691	Kcal
			豆とあさりのチャウダー	エンドウ豆,ひよこ豆,レンズ豆,大 豆,小豆,アサリ,鶏肉,白花豆,白い んげん	じゃがいも,大豆油,米粉,乳なし マーガリン(豚・大豆),押麦,もち麦, 玄米,赤米,たかきび	にんじん,たまねぎ,キャベツ,にんに く,セロリ,マッシュルーム,ブロッコ リー	チキンブイオン(鶏)	P 22.9	g	26.6	g
								F 23.2	g	26.7	g
			トマトオムレツ	卵,鶏肉	大豆油,でんぶん,植物油脂	たまねぎ,トマト					
			黒豆きなこクリーム	乳,きな粉(大豆)	食用油脂,水あめ,ごま油						
27	木		キムタクごはん(中学校)	豚肉	こめ,大豆油,ごま油	にんじん,白菜キムチ(小麦,りんご, 大豆,さば),白菜,だいこん漬け,え だまめ,きくらげ	ポークブイオン(豚・鶏)	E 609	Kcal	679	Kcal
								P 22.5	g	30.9	g
								F 19.1	g	21.4	g
			炊き込みごはん(小学校)	鶏肉	こめ,大豆油,	ごぼう,にんじん,しいたけ	チキンブイオン(鶏)				
			さつま汁	鶏肉,豆腐,みそ	里芋	にんじん,大根,ながねぎ	ポークブイオン(豚・鶏)				
			豆乳コロッケ	豆乳	小麦粉,パン粉(小麦),大豆油,ゼラ チン,でん粉,ショートニング	たまねぎ,コーン					
28	金		ごはん		こめ			E 540	Kcal	677	Kcal
			ハヤシライス	豚肉	大豆油,米粉	にんじん,たまねぎ,マッシュルーム, しめじ,トマト,グリーンピース,にんにく	ポークブイオン(豚,鶏)	P 19.5	g	23	g
								F 13.9	g	15.5	g
			白菜のツナあえ	わかめ,ツナ		白菜,にんじん,きゅうり,レモン果汁					