

令和7年12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

卵、乳、小麦、落花生(ピーナツツ)、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、カシューなツツ、ごま、パイン、マンゴー、メロン、アーモンド、まぐろ、牛肉

※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)、アレルゲンを含まない調味料についてはアレルゲン表示を含め記載を省略しています。
※アーサー・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、かににかが混ざる漁法・生態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ご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ごん粉を使用する際には、下記の表に記載します。

日	曜日	こんだて	(あか) おもに体をつくるものとなる食品	(きいろ) おもにエネルギーのもととなる食品	(みどり) おもに体の調子を整えるものとなる食品	調味料	栄養価(8時)		P=タンパク質 E=エネルギー F=脂質
							小	中	
1	月	牛乳	ごはん	ごめ			E 616 Kcal	720 Kcal	
			豆乳のみそ汁	さといも、ごま油	だいこん、にんじん、こまつな		P 23 g	26 g	
			こんにゃくビシラスのカレー風味炒め	豚肉、しらす、油揚げ(大豆)	大豆油、ごま	ごぼう、こんにゃく、にんじん	F 17 g	19 g	
2	火	牛乳	黒糖蒸しパン	牛乳	小麦粉、黒糖		E 585 Kcal	721 Kcal	
			ごはん	ごめ			P 30 g	35 g	
			タコスミート	豚肉、大豆、高野豆腐(大豆)	大豆油	にんじん、たまねぎ、ピーマン、トマト、にんにく	F 17 g	19 g	
3	水	牛乳	スライスチーズ	ナチュラルチーズ(乳)			E 665 Kcal	754 Kcal	
			野菜スープ	鶏肉	じゃがいも	キャベツ、にんじん、しめじ	P 26 g	29 g	
			コッペパン	脱脂粉乳	小麦粉、ショートニング	チキンブイヨン(鶏)	F 20 g	22 g	
4	木	牛乳	ペニーミートソース	豚肉、豚レバー、大豆	マカロニ(小麦)、大豆油	大豆由来成分	E 614 Kcal	731 Kcal	
			りっちゃんの元気サラダ	昆布、かつお節	オリーブ油	にんにく、たまねぎ、トマト	P 28 g	33 g	
			チョコジャム	脱脂粉乳(乳)、大豆	植物油脂、加工油脂、ココア	にんじん、セロリ	F 22 g	26 g	
5	金	牛乳	ごもくとりごはん (豊崎小・座安小・豊見城小・伊良波小)	鶏肉、ちくわ、油揚げ(大豆)	こめ、大豆油	にんじん、ごぼう、しいたけ、葉ねぎ	E 534 Kcal	629 Kcal	
			とりごはん(上記以外の学校)	鶏肉	こめ、菜種油	ポークブイヨン(豚・鶏)	P 24 g	27 g	
			ざぶ汁	厚揚げ(大豆)、かまぼこ		チキンエキス(鶏)	F 13 g	15 g	
8	月	牛乳	野菜コロッケ	大豆	じゃがいも、小麦粉、大豆油、パン粉、でん粉(小麦)、植物油脂	にんじん、かぼちゃ、たまねぎ、えだまめ	E 550 Kcal	690 Kcal	
			ごはん		こめ		P 19 g	22 g	
			スピナッチャカレー	鶏肉、鶏レバー	米粉、乳なしマーガリン(大豆・豚)	にんじん、たまねぎ、かぼちゃ、にんにく	F 11 g	12 g	
9	火	牛乳	フルーツナタデココ		大豆油、じゃがいも、黒糖	ほうれんそう、ブロッコリー	E 700 Kcal	834 Kcal	
			寒天スープ	寒天、鶏肉、わかめ	ナタデココ、さくらんぼゼリー	もも、なしパインアップル、ぶどう	P 24 g	29 g	
			ホイコーロー	豚肉、厚揚げ、みそ	大豆油、ごま油、でん粉	チェリー、シークヮーサー果汁	F 28 g	30 g	
10	水	牛乳	はるまき	大豆、鶏肉	ごま油、大豆油、小麦粉、はるさめ	たまねぎ、キャベツ、にんじん、もやし	E 550 Kcal	690 Kcal	
			さかな、ぶりかけ	かつお、いわし、のり、昆布	でん粉、粉あめ、ショートニング(大豆)	でん粉、粉あめ、ショートニング(大豆)	P 26 g	31 g	
			ごはん		こめ		F 16 g	18 g	
11	木	牛乳	具だくさん汁	鶏肉、油揚げ(大豆)	里芋、ごま油	にんじん、だいこん、ごぼう、えのき	E 672 Kcal	797 Kcal	
			揚げさばのごまみそダレ	さば、みそ	でん粉、ごま、大豆油	長ねぎ	P 27 g	32 g	
			みかん			みかん	F 23 g	26 g	
12	金	牛乳	ごはん		こめ		E 517 Kcal	652 Kcal	
			わかめスープ	わかめ、豆腐	でん粉(どうもろこし)	えのき、長ねぎ	P 25 g	30 g	
			ビビンバ(具)	豚肉、高野豆腐(大豆)、みそ	大豆油、ごま、ごま油	小松菜、にんじん、もやし、にんにく	F 12 g	14 g	
15	月	牛乳	ごはん		こめ		E 657 Kcal	761 Kcal	
			大根と厚揚げの煮つけ	鶏肉、かまぼこ、厚揚げ(大豆)		だいこん、にんじん、小松菜、こんにゃく	P 26 g	30 g	
			つくだ煮	ひじき、かつお節、高野豆腐(大豆)	ごま、水あめ	にんじん、たまねぎ、コー	F 15 g	16 g	
16	火	牛乳	バナナ			バナナ	E 689 Kcal	826 Kcal	
			ごはん		こめ		P 28 g	32 g	
			じゃがいものそぼろ煮	豚肉、高野豆腐(大豆)、厚揚げ	じゃがいも、大豆油	にんにく、にんじん、たまねぎ、えだまめ、こんにゃく	F 22 g	23 g	
17	水	牛乳	いわしの梅煮	いわし、かつお節	でん粉、水あめ	梅	E 597 Kcal	682 Kcal	
			豆乳パンナコッタ	豆乳(大豆)	水あめ、でん粉	いちご果汁	P 23 g	26 g	
			きなこ揚げパン (豊崎小・座安小・豊見城小・伊良波小)	脱脂粉乳、きな粉	小麦粉、ショートニング、大豆油	大豆由来成分	F 21 g	24 g	
18	木	牛乳	コーンチャウダー	脱脂粉乳	小麦粉、ショートニング	大豆由来成分	E 572 Kcal	670 Kcal	
			コロッケ	鶏肉、豆乳(大豆)	じゃがいも、大豆油、米粉、乳なしマーガリン	チキンブイヨン(鶏)	P 29 g	34 g	
			カボチャサラダ	ツナ	大豆・豚肉、ごま油	バナナ	F 17 g	19 g	
19	金	牛乳	ごはん		こめ		E 546 Kcal	647 Kcal	
			根菜のみそ汁	豆腐、みそ	じゃがいも	にんじん、れんこん、だいこん	P 23 g	27 g	
			こんにゃくのきんぴら	鶏肉、油揚げ(大豆)	ごま、大豆油、ごま油	しいたけ、小松菜	F 13 g	14 g	
22	月	牛乳	ごまなしみニフィッシュ	かたくちいわし	でん粉(どうもろこし)		E 517 Kcal	633 Kcal	
			トウンジージューシー	豚肉	こめ、さつまいも	だいこん、にんじん、キャベツ、小松菜	P 25 g	29 g	
			じゃがいもの煮物	鶏肉、厚揚げ(大豆)	大豆油、じゃがいも	しいたけ	F 21 g	26 g	
23	火	牛乳	カボチャひき肉フライ	豚肉、大豆	豚脂、でん粉、パン粉(小麦)	かぼちゃ、たまねぎ、りんご	E 574 Kcal	721 Kcal	
			ごはん		こめ		P 22 g	26 g	
			ワンタンスープ	鶏肉、わかめ	ワンタン(豚、大豆、小麦、ごま)	にんじん、えのき、長ねぎ、にんにく	F 18 g	20 g	
24	水	牛乳	チャップチエ	豚肉	春雨	チキンブイヨン(鶏)	E 556 Kcal	701 Kcal	
			ごはん		大豆油、ごま油、ごま	ポークブイヨン(豚・鶏)	P 21 g	25 g	
			マーボーだいこん	豚肉、高野豆腐(大豆)、豆腐	でん粉(どうもろこし)、ごま油	オイスターソース(カキ、ほたて)	F 16 g	18 g	
25	木	牛乳	とりごまサラダ	鶏肉	ごま	ポークブイヨン(豚・鶏)	E 565 Kcal	649 Kcal	
			ミートソーススパゲティー	豚肉、鶏肉	スパゲティー(小麦)、大豆油	ドレッシング(ごま)	P 27 g	32 g	
			あおさ入りホキフライ	白身魚(ホキ)、あおさ、大豆	パン粉(小麦)、小麦粉、でん粉、大豆油	ミートソース(小麦、豚、大豆)	F 21 g	23 g	
			クリスマスケーキ(いちごクリーム)	豆乳(大豆)、大豆	加工油脂、米粉、水あめ、植物油脂	チキンブイヨン(鶏)	でん粉		