

# 令和8年1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・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。 ※他の食材由来での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割)	
							小	中
6	火	桜ちらし寿司	油揚げ	ごめ、植物油脂	にんじん、たけのこ、れんこん、かんぴょう	チキンエキス(鶏)	E 550 Kcal P 23 g F 11 g	647 Kcal 26 g 12 g
		お雑煮	鶏肉	白玉もち	小松菜、大根、白菜、干しいたけ			
		紅白なます		ごま	にんじん、大根			
		お祝いデザート	豆乳	植物油脂、水あめ	だいだい果汁			
7	水	ナーチューシー(菜雑炊)	鶏肉	ごめ、大麦、大豆油	大根、にんじん、小松菜、干しいたけ	ホーフライヨン(豚、鶏)	E 532 Kcal P 26 g F 16 g	586 Kcal 29 g 17 g
		かぼちゃの旨煮	豚肉、厚揚げ(大豆)	じゃがいも、大豆油	にんにく、しょうが、かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、こんにゃく			
		さつまスライス		さつまいも、大豆油				
		黒糖蒸しケーキ	牛乳	小麦粉、黒糖				
8	木	ごはん		ごめ			E 665 Kcal P 21 g F 24 g	766 Kcal 24 g 26 g
		中華風つくねスープ	中華風つくね(小麦、ごま、大豆、鶏肉、豚肉)		にんじん、もやし、たけのこ、干しいたけ、長ねぎ	ホーフライヨン(豚、鶏)		
		パンサンスー	ツナ	春雨、ごま油、大豆油	きゅうり、にんじん			
		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			
9	金	ごはん		ごめ			E 598 Kcal P 21 g F 14 g	748 Kcal 24 g 16 g
		トマトチキンカレー(黒糖入り)	鶏肉、鶏レバー	じゃがいも、乳、無マーガリン(豚・大豆), 米粉、大豆油、黒糖	にんじん、たまねぎ、トマト、ブロッコリー、にんにく	チャツネ(りんご)		
		杏仁フルーツポンチ	豆乳ゼリー(大豆)		もも、ぶどう、パインアップル、西洋なし、さくらんぼ、アロエ、シークヮーサー果汁			
13	火	わかめごはん	わかめ	ごめ			E 591 Kcal P 24 g F 11 g	705 Kcal 28 g 12 g
		筑前煮	鶏肉	里芋、大豆油	にんじん、ごぼう、たけのこ、こんにゃく、干しいたけ、大根、えだ豆	ホーフライヨン(豚、鶏)		
		ぜんざい	金時豆	白玉もち、黒糖				
14	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 607 Kcal P 28 g F 22 g	678 Kcal 31 g 23 g
		チリドッグ	無塩せきワインナー(小麦・牛・豚)、ひよこ豆 えんどう豆 赤インゲン豆	大豆油	たまねぎ、にんじん、にんにく、トマト	ミートソース(小麦・牛・豚・大豆), サルサポモドーロ(大豆・鶏)		
		冬野菜のクリーム煮	鶏肉、白花豆 白いんげん豆、豆乳	大豆油、じゃがいも、米粉、乳無マーガリン	にんにく、マッシュルーム、にんじん、たまねぎ、白菜、大根	チキンブイヨン(鶏)		
		型抜きチーズ	ナチュラルチーズ(乳)					
15	木	ごはん		ごめ			E 735 Kcal P 29 g F 25 g	898 Kcal 34 g 23 g
		キムチーズ肉じゃが	豚肉、油揚げ(大豆), チーズ	大豆油、じゃがいも	にんにく、にんじん、たまねぎ、えだ豆、こんにゃく、白菜キムチ(小麦・りんご・大豆・さば)			
		いわしのみぞれ煮	いわし	でん粉	大根			
		ヨーグルトクレープ	豆乳、大豆粉	米粉、でん粉、植物油、水あめ、ベーキングパウダ	レモン果汁			
16	金	沖縄そば(個食麺)		小麦粉、植物油脂			E 620 Kcal P 28 g F 19 g	687 Kcal 32 g 20 g
		沖縄(野菜)そば(具&汁)	豚肉、かまぼこ	大豆油	キャベツ、たまねぎ、もやし、にんじん、ねぎ、しょうが	冷凍ガラボーク(豚), ホーフライヨン(豚、鶏)		
		シムクジアンダーギー		紅芋、でん粉、マッシュポテト、大豆油				
19	月	ごはん		小麦粉、ラード(豚), ベーキングパウダ		大豆由来成分、牛肉由来成分	E 624 Kcal P 24 g F 14 g	723 Kcal 28 g 15 g
		きんぴらのカレー風味	豚肉、油揚げ(大豆)	大豆油、白ごま	ごぼう、こんにゃく、にんじん	チキンブイヨン(鶏)		
		ゆし豆腐	ゆし豆腐		ねぎ	ホーフライヨン(豚、鶏)		
		バナナ			バナナ			
20	火	キムタクごはん(ゆたか小、上田小、長嶺小、とよみ小)	豚肉	ごめ、大豆油、ごま油	にんじん、きくらげ、白菜、白菜キムチ(小麦・りんご・大豆・さば), 千切りたんあん、えだ豆	キムチ味(りんご・大豆), ホーフライヨン(豚、鶏)	E 565 Kcal P 32 g F 17 g	624 Kcal 28 g 16 g
		鶏ごはん(上記以外の学校)	鶏肉	ごめ、植物油脂	ごぼう、にんじん、しいたけ	チキンエキス(鶏)		
		スルルーの青のり揚げ	きびなご、青のり	米粉、でん粉、大豆油				
		鶏シブイ汁	鶏肉		冬瓜、長ねぎ、小松菜、にんじん、木くらげ、えのき、しうが			
21	水	きなこ揚げパン(ゆたか小、上田小、長嶺小、とよみ小)	脱脂粉乳、きな粉	小麦粉、ショートニング、大豆油 黒糖		大豆由来成分	E 687 Kcal P 27 g F 24 g	694 Kcal 28 g 22 g
		コッペパン(上記以外の学校)	脱脂粉乳	小麦粉、ショートニング		大豆由来成分		
		グラムチャウダー	あさり、鶏肉、豆乳	じゃがいも、大豆油、米粉、乳なしマーガリン(豚・大豆)	にんじん、たまねぎ、白菜、にんにく	チキンブイヨン(鶏)		
		ピーンズサラダ	ひよこ豆 えんどう豆 赤インゲン豆、白いんげん豆、ツナ	卵なしマヨネーズ	えだ豆、にんじん、きゅうり、大根、キャベツ、コーン			
22	木	いちごジャム		水あめ	いちご果汁、りんご果汁		E 542 Kcal P 28 g F 15 g	682 Kcal 33 g 17 g
		ごはん		ごめ				
		イナムドウチ	豚肉、かまぼこ、みそ		干しいたけ、こんにゃく	ホーフライヨン(豚、鶏)		
		マーミーナーチャンブルー	豚肉、かまぼこ、豆腐、糸けずり	大豆油	にんじん、キャベツ、もやし、小松菜、にんにく			
23	金	味付けもずく	もずく		シーカーサー果汁		E 565 Kcal P 21 g F 13 g	701 Kcal 25 g 14 g
		ごはん		ごめ				
		トマト麻婆豆腐	豚肉、鶏レバー、みそ、高野豆腐、豆腐	ごま油、でん粉	にんじん、たまねぎ、トマト、たけのこ、干しいたけ、にら、しうが、にんにく	マーボー豆腐の素(かきエキス、小麦・大豆・牛・豚肉・ゼラチン・ごま)オイスターソース(カキ・ほたて)チキンブイヨン(鶏), チキンブイヨン(小麦・大豆・ごま)口		
		チンゲン菜の中華サラダ	ツナ	春雨、ごま油	チンゲン菜、にんじん			
26	月	いちごプリン		水あめ、植物油脂	いちご果汁		E 649 Kcal P 26 g F 22 g	741 Kcal 28 g 23 g
		ごはん		ごめ				
		のっべい汁	鶏肉	里芋、でん粉	大根、にんじん、こんにゃく、長ねぎ、干しいたけ	チキンブイヨン(鶏)		
		チキン南蛮	チキン南蛮(鶏・大豆・小麦・乳)	大豆油、でん粉				
27	火	タルタルソース	大豆粉	水あめ、植物油脂	ピクルス、乾燥たまねぎ、レモン果汁、こんにゃく粉、パセリ		E 565 Kcal P 29 g F 17 g	699 Kcal 35 g 18 g
		さんかん			さんかん			
		ごはん		ごめ				
		アーサ汁	アーサ、豆腐		冬瓜、しうが			
28	水	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	クロッキングソース(豚)、ポークブイヨン(豚・鶏)	E 649 Kcal P 26 g F 20 g	752 Kcal 30 g 22 g
		スライスチーズ	ナチュラルチーズ(乳)					
		ごはん		ごめ				
		豚肉の生姜焼き	豚肉、みそ	大豆油	にんにく、しうが、たまねぎ、にんじん、もやし、たけのこ	リングピューレー(りんご)		
29	木	白菜スープ	鶏肉		白菜、さんとうさい、にんじん、干しいたけ、長ねぎ	チキンブイヨン(鶏)	E 531 Kcal P 24 g F 13 g	629 Kcal 28 g 14 g
		もものタルト	豆乳、大豆粉	米粉、ショートニング、コーンフラワー、水あめ	ももピューレー、こんにゃく			
		ごはん		ごめ				
		もずくと玉子のみぞ汁	もずく、たまご、みそ		どうがん、えのき、にんじん			
30	金	チキーナーチャンブルー	豚肉、豆腐、ツナ	大豆油	にんにく、にんじん、からしな、キャベツ、もやし		E 590 Kcal P 29 g F 15 g	728 Kcal 33 g 17 g
		オレンジ1/4			オレンジ			
		ごはん		ごめ				
		ねぎ塩豚丼	豚肉	大豆油、でん粉、ごま油	にんにく、にんじん、			