





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。
卵、乳、小麦、落花生(ピーナッツ)、えび、そば、かに		※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。
その他		※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。
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		※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。
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		※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。

日	曜日	こ ん だ て	(あか) おもに体をつくるもとになる食品	(きいろ) おもにエネルギーのもとになる食品	(みどり) おもに体の調子を整えるもとになる食品	調味料	栄養価(8訂)	
							P=タンパク質 小	F=脂質 中
6	火	 桜ちらし寿司	油揚げ	こめ、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	647 Kcal 26 g
		お雑煮	鶏肉	白玉もち	小松菜、大根、白菜、干しいたけ		F 11 g	12 g
		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	だいたい果汁			
7	水	 ナージュシー(菜雑炊)	鶏肉	こめ、大麦、大豆油	大根、にんじん、小松菜、干しいたけ	ﾎｰｸﾞﾌﾞｲﾝ(豚、鶏)	E 532 Kcal P 26 g	586 Kcal 29 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		F 16 g	17 g
		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		こめ			E 665 Kcal P 21 g	766 Kcal 24 g
		中華つくねスープ	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	ﾎｰｸﾞﾌﾞｲﾝ(豚、鶏)	F 24 g	26 g
		パンサンズー	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		こめ	たけのこ		E 598 Kcal P 21 g	748 Kcal 24 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)	F 14 g	16 g
		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、シークワーサー果汁			
13	火	 わかめごはん	わかめ	こめ			E 591 Kcal P 24 g	705 Kcal 28 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	ﾎｰｸﾞﾌﾞｲﾝ(豚、鶏)	F 11 g	12 g
14	水	 ぜんざい	金時豆	白玉もち、黒糖				
		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	678 Kcal 31 g
		チリドッグ	無塩せきウインナー(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)	F 22 g	23 g
		冬野菜のクリーム煮	鶏肉、白花菜 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	ﾃﾝﾎﾟﾌﾞｲﾝ(鶏)		
		型抜きチーズ	ナチュラルチーズ(乳)					
15	木	 ごはん		こめ			E 735 Kcal P 29 g	898 Kcal 34 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)		F 25 g	23 g
		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、ベーキングパウダー	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	687 Kcal 32 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)、ﾎｰｸﾞﾌﾞｲﾝ(豚、鶏)	F 19 g	20 g
		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	 ちんすこう		小麦粉、ラード(豚)、ベーキングパウ		大豆由来成分、牛肉由来成分		
		ごはん		こめ			E 624 Kcal P 24 g	723 Kcal 28 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	ﾃﾝﾎﾟﾌﾞｲﾝ(鶏)	F 14 g	15 g
		ゆし豆腐	ゆし豆腐		ねぎ	ﾎｰｸﾞﾌﾞｲﾝ(豚、鶏)		
20	火	 バナナ			バナナ			
		キムタクごはん(ゆたか小、上田小、長嶺小、とよみ小)	豚肉	こめ、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)、千切りたくあん、えだ豆	キムチ味(りんご、大豆)、ﾎｰｸﾞﾌﾞｲﾝ(豚、鶏)	E 565 Kcal P 32 g	624 Kcal 28 g
		鶏ごはん(上記以外の学校)	鶏肉	こめ、植物油脂	ごぼう、にんじん、しいたけ	チキンエキス(鶏)	F 17 g	16 g
		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、しょうが			
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	694 Kcal 28 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	F 24 g	22 g
		クラムチャウダー	あざり、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	ﾃﾝﾎﾟﾌﾞｲﾝ(鶏)		
		ビーンズサラダ	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			
		いちごジャム		水あめ	いちご果汁、りんご果汁			
22	木	 ごはん		こめ			E 542 Kcal P 28 g	682 Kcal 33 g
		イナムドゥチ	豚肉、かまぼこ、みそ		干しいたけ、こんにゃく	ﾎｰｸﾞﾌﾞｲﾝ(豚、鶏)	F 15 g	17 g
		マーミナーチャンプルー	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		シークワーサー果汁			
		ごはん		こめ			E 565 Kcal P 21 g	701 Kcal 25 g
		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、しょうが、にんにく	マーボー豆腐の素(かきエキス、小麦、大豆、牛肉、豚肉、ゼラチン、ごま)オイスターソース(カキ、はたて)チキンブイヨン(鶏)、ﾃﾝﾎﾟﾌﾞｲﾝ(小麦、大豆、ごま)口	F 13 g	14 g
		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			
		ごはん		こめ			E 649 Kcal P 26 g	741 Kcal 28 g
		のっぺい汁	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	ﾃﾝﾎﾟﾌﾞｲﾝ(鶏)	F 22 g	23 g
		チキン南蛮	チキン南蛮(鶏・大豆・小麦・乳)	大豆油、でん粉				
		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			
27	火	 きんかん			きんかん			
		ごはん		こめ			E 565 Kcal P 29 g	699 Kcal 35 g
		アーサ汁	アーサ、豆腐		冬瓜、しょうが		F 17 g	18 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	ｸﾏﾝｸﾞﾂｰｽ(豚)、ﾎｰｸﾞﾌﾞｲﾝ(豚・鶏)		
28	水	 スライスチーズ	ナチュラルチーズ(乳)					
		ごはん		こめ			E 649 Kcal P 26 g	752 Kcal 30 g
		豚肉の生姜焼き	豚肉、みそ	大豆油	にんにく、しょうが、たまねぎ、にんじん、もやし、たけのこ	リンゴピューレー(りんご)	F 20 g	22 g
		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	ﾃﾝﾎﾟﾌﾞｲﾝ(鶏)		
29	木	 もものタルト	豆乳、大豆粉	米粉、ショートニング、ｺﾝﾌﾗｳｰ、水あめ	ももピューレー、こんにゃく			
		ごはん		こめ			E 531 Kcal P 24 g	629 Kcal 28 g
		もずくと玉子のみそ汁	もずく、たまご、みそ		とうがん、えのき、にんじん		F 13 g	14 g
		チキナーチャンプルー	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			
30	金	 オレンジ1/4			オレンジ			
		ごはん		こめ			E 590 Kcal P 29 g	728 Kcal 33 g
		ねぎ塩豚丼	豚肉	大豆油、でん粉、ごま油	にんにく、にんじん、たまねぎ、キャベツ、長ねぎ、レモン果汁		F 15 g	17 g
		生姜入り具だくさんみそ汁	鶏肉、油揚げ(大豆)	さといも、ごま油	にんじん、大根、えのき、長ねぎ、しょうが			
		ヨーグルト	脱脂粉乳、全粉乳、ゼラチン		寒天			