

# 令和5年10月 食材詳細献立表

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(ピーナッツ)、えび、そば、かに	その他
大豆、さけ、さば、いか、いくら、オレゴン、キウイ、バナナ、もも、りんご	山芋、パイン、マンゴー、メロン、カシューナッツ、ごま、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。  
 ※食材や調味料等について、( )内にはアレルギー食材の記載をしています。  
 ※アレルギーの無いしょうゆ(小麦・大豆)、料理酒(小麦)酢(小麦)、アレルギー表示を含め記載を省略しています。  
 ※カワハギ、海藻類、小魚類はえび、かにかが混ざる漁法・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、基本的に卵抜きを使用しています。  
 ※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。  
 ※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。

日	曜日	献立	おもに体をつくるものとなる食品	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のとなる食品	調味料
2	月	ごはん もずく丼(具) ゆし豆腐	豚肉,もずく ゆし豆腐,アーサ,みそ	ごめ 大豆油	玉ねぎ,にんじん,コーン,ピーナツ,ショウガ,ニンニク さんとうさい	しょうが(大),しょうが(小),しょうが(中),しょうが(大),しょうが(中),しょうが(小)
3	火	ごはん ワンタンスープ ホイコーロー	鶏肉,わかめ,ワカメ(小麦,大豆,豚,ごま) 豚肉,厚揚げ,みそ	ごめ 春雨,でん粉,ごま油 大豆油,でん粉,ねぎ油	にんじん,えのき,長ねぎ,にんにく キャベツ,たまねぎ,ピーマン,にんじん,たけのこ,きくらげ,しょうが,にんにく	しょうが(大),しょうが(中),しょうが(小),しょうが(大),しょうが(中),しょうが(小)
4	水	キムたくごはん(上田小・長嶺小・七よみ小・ゆたか小) 五目かまめし(上記以外の学校) 秋香のみそ汁 いわしの平つくね ごはん	豚肉 鶏肉,油揚げ 鶏肉,油揚げ,みそ 大豆,魚肉すり身,いわし,みそ	ごめ さつまいも ワカメ,ホトトギス,でんぷん ごめ	長ねぎ,にんじん,白菜,キムチ(小麦,大豆,りんご,さば),切干大根,漬物 ごぼう,たけのこ,ごんにやく,にんじん ごぼう,しめじ,長ねぎ,にんじん,えのき	焼きの素(小麦,大豆,かき玉)
5	木	鶏のすき焼き風 切干大根のレモン漬け	鶏肉,豆腐	大豆油 ごま油,すりごま	ごんにやく,にんじん,たまねぎ,白菜,小松菜,しめじ,長ねぎ 切干大根,切干大根,漬物,大根,にんじん,きゅうり,レモン果汁	
6	金	コッペンパン ワッヂエーロ(乳・卵・風・煮込み) ワンパンナーのチミチュリソースかけ	脱脂粉乳 鶏肉,白いんげん豆	小麦粉,ショートニング じゃがいも	たまねぎ,にんじん,キャベツ,トマト 玉ねぎ,にんじん,コーン,レモン果汁,りんご	しょうが(大),しょうが(中),しょうが(小)
12	木	ココア揚げパン(上田小・長嶺小・七よみ小・ゆたか小) コッペンパン(上記以外の学校) 白菜の豆乳ポテージュ チリコンカン ごはん	脱脂粉乳,きなこ 脱脂粉乳 鶏肉,白花豆,白いんげん豆,豆乳 鶏肉,レッドキトニー,高野豆腐	小麦粉,ショートニング,ココア(大豆),大豆油 小麦粉,ショートニング じゃがいも,小麦粉,大豆油,乳無ワカメ 大豆油	たまねぎ,にんじん,白菜,ブロッコリー,にんにく 玉ねぎ,にんじん,ワカメ,ピーナツ,トマト	しょうが(大),しょうが(中),しょうが(小)
13	金	ラーボ一太根 パンサンズー	豚肉,高野豆腐,厚揚げ,みそ 無塩せきハム(豚)	ごま油,大豆油,でん粉 春雨,ごま油,ごま	大根,にんじん,たまねぎ,たけのこ,にら,しょうが きゅうり,さくらげ,にんじん	しょうが(大),しょうが(中),しょうが(小)
16	月	ごはん 鶏大根 納豆みそ おむすびころんちよ(のり) 小松菜ナポリタン	鶏肉,根菜つくね(大豆,鶏,豚),厚揚げ,うすらの卵 納豆,みそ,かつお節のり 豚肉,無塩せきワンパンナー(豚)	大豆油 大豆油	にんじん,たまねぎ,小松菜,マッシュルーム,トマト,にんにく にんにく,しょうが	しょうが(大),しょうが(中),しょうが(小)
17	火	焼きくりコロツケ ホルーツ白玉	黒大豆	白玉団子 じゃがいも,くり,さつまいも,小麦粉(小麦,大豆),小麦粉,水あめ,でん粉,大豆油	みかん,もも,ぶどう,パイン,なし,さくらんぼ	
18	水	ごはん ヒカド(ワグロ人おつゆ) 蒲上そばろ	まぐろ 豚肉,油揚げ,かまぼこ	ごめ さつまいも,じゃがいも 大豆油	大根,たまねぎ,しいたけ,にんじん,ねぎ ごぼう,コーン,もやし,にんじん,しょうが,ワカメ	しょうが(大),しょうが(中),しょうが(小)
19	木	ごはん シカドウチ ハンバーグ ソムロジアンダーギー	豚肉,かまぼこ 豚肉,かまぼこ 豚肉	大豆油 大豆油	ごんにやく,しいたけ,大根,しょうが パイン,にんじん,にら,さくらげ,にんにく	しょうが(大),しょうが(中),しょうが(小)
20	金	ごはん チムシンド ソーイリチー オレシジ/4 ごはん	豚肉,豚レバー,みそ ふ(小麦),卵,ツナ,無塩せきポーク(豚)	ごめ じゃがいも 大豆油	にんじん,にんにく にんじん,キャベツ,もやし,にら オレシジ	
23	月	牛入りカレー カラコリスラダ 沖繩そば(麺) 沖繩そば(汁) 野菜炒め かぼちやひき肉フライ ごはん	豚肉,牛肉,豚レバー,豆乳 鶏肉 豚肉 豚肉,かまぼこ 豚肉,大豆 豚肉,みそ	ごめ じゃがいも,乳無ワカメ,小麦粉,大豆油 小麦粉,なたね油	にんじん,たまねぎ,かぼちや,しめじ,コーン,にんにく,りんご,加工品 ブロッコリー,きゅうり,赤ピーマン,コーン	しょうが(大),しょうが(中),しょうが(小)
24	火	ごはん ゆかりごはん イチムドウチ コーンソノソット ポテごまサラダ バナナ	きやべつ,の塩昆布和え 豚肉,かまぼこ,みそ 豚肉,厚揚げ,昆布,かまぼこ,みそ 豚肉,チーズ(乳) ツナ	ごめ 大豆油 ごめ 大豆油 ごめ	にんじん,たまねぎ,しょうが,長ねぎ,しいたけ,小松菜 赤しそ しいたけ,ごんにやく	しょうが(大),しょうが(中),しょうが(小)
25	水	ごはん きやべつ,の塩昆布和え	豚肉,みそ	ごめ 大豆油 ごめ	にんじん,たまねぎ,もやし,コーン,長ねぎ,しいたけ,小松菜	しょうが(大),しょうが(中),しょうが(小)
26	木	ごはん ゆかりごはん イチムドウチ コーンソノソット ポテごまサラダ バナナ	きやべつ,の塩昆布和え 豚肉,かまぼこ,みそ 豚肉,厚揚げ,昆布,かまぼこ,みそ 豚肉,チーズ(乳) ツナ	ごめ 大豆油 ごめ 大豆油 ごめ	にんじん,たまねぎ,しょうが,長ねぎ,しいたけ,小松菜 赤しそ しいたけ,ごんにやく	しょうが(大),しょうが(中),しょうが(小)
27	金	ごはん ゆかりごはん イチムドウチ コーンソノソット ポテごまサラダ バナナ	きやべつ,の塩昆布和え 豚肉,かまぼこ,みそ 豚肉,厚揚げ,昆布,かまぼこ,みそ 豚肉,チーズ(乳) ツナ	ごめ 大豆油 ごめ 大豆油 ごめ	にんじん,たまねぎ,しょうが,長ねぎ,しいたけ,小松菜 赤しそ しいたけ,ごんにやく	しょうが(大),しょうが(中),しょうが(小)
30	月	ごはん ゆかりごはん イチムドウチ コーンソノソット ポテごまサラダ バナナ	きやべつ,の塩昆布和え 豚肉,かまぼこ,みそ 豚肉,厚揚げ,昆布,かまぼこ,みそ 豚肉,チーズ(乳) ツナ	ごめ 大豆油 ごめ 大豆油 ごめ	にんじん,たまねぎ,しょうが,長ねぎ,しいたけ,小松菜 赤しそ しいたけ,ごんにやく	しょうが(大),しょうが(中),しょうが(小)
31	火	ごはん ゆかりごはん イチムドウチ コーンソノソット ポテごまサラダ バナナ	きやべつ,の塩昆布和え 豚肉,かまぼこ,みそ 豚肉,厚揚げ,昆布,かまぼこ,みそ 豚肉,チーズ(乳) ツナ	ごめ 大豆油 ごめ 大豆油 ごめ	にんじん,たまねぎ,しょうが,長ねぎ,しいたけ,小松菜 赤しそ しいたけ,ごんにやく	しょうが(大),しょうが(中),しょうが(小)

