＜確認＞

令和6年10月　詳細献立表（アレルギー）

琉球大学教育学部附属給食施設 895-8457

※　学校管理指導票提出者は、アレルギー食材に印をつけて学級担任へ提出してください。この表は担任が写しをとり、保護者へお返しします。

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・カニ	※　給食を食べる前に、必ず内容を確認してください。 ※　醤油と酢に含まれる「小麦」は表示しておりませんが、微量の小麦成分が含まれております。 ※　「詳細献立表」には、使用する食材とアレルギー表示義務のある７品目について表示しています。 ※　詳しい情報が必要な方、不明な点がある場合は、給食室まで気兼ねなく給食室までお問い合わせ下さい。

※（冷）鶏ガラ（卵）稀に卵の一部が付着している場合があります

日	曜日	牛乳	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
1	火	○	ごはん		精白米		
			ワンタンスープ	●ワンタン（小麦）、花かつお	ごま油	にんじん、はくさい、こまつな、えのきたけ、しょうが	塩、醤油、●冷チキンガラ（卵）
中学校なし			回鍋肉	豚もも肉、赤みそ	ごま油、砂糖、でん粉	たまねぎ、にんじん、キャベツ、たけのこ、赤ピーマン、ピーマン、しょうが、にんにく	醤油、塩、こしょう、オイスターソース（カキエキス）、●テンメンジャン（小麦）
			大豆と小魚のみつがらめ	大豆、カエリ	アーモンド、砂糖、水あめ		みりん、醤油
2	水	○	鶏ごぼうめし	鶏むね肉、油揚げ、花かつお	精白米、油	しょうが、にんじん、しめじ、ごぼう、あお豆、しいたけ	酒、醤油、塩、みりん、チキンブイヨン
			魚のマスタード焼き	ホキ	マヨネーズ（卵なし）、砂糖	たまねぎ、ピーマン、パプリカ	塩、こしょう、酒、粒マスタード
			きゅうりのさっぱり漬け	とりささみ、塩昆布	白ごま、砂糖	きゅうり、キャベツ、にんじん	ミツカン酢、りんご酢、塩
3	木	○	ごはん		精白米		
			冬瓜のカレー煮	とり肉、厚揚げ、花かつお	砂糖、油	とうがん、だいこん、にんじん、たまねぎ、こまつな、にんにく	醤油、みりん、カレー粉、●カレールウ（小麦）
			ゴーヤーのささみ和え	とりささみ	砂糖、オリーブ油	ゴーヤー、キャベツ、スイートコーン、赤ピーマン、シークヮーサー	塩、こしょう、白ワインビネガー
			れんこん入りつくね	鶏肉	ラード、●パン粉（小麦）、でん粉、さとう、油	たまねぎ、レンコン、しょうが	塩
4	金	○	すきやきうどん	牛肉、豚ばら肉、厚揚げ、花かつお	●うどん（小麦）、砂糖	はくさい、ほうれんそう、にんじん、長ねぎ、しいたけ	みりん、酒、醤油、塩
			パパイヤサラダ	無添加ハム	オリーブ油、砂糖、マヨネーズ（卵なし）	パパイヤ、きゅうり、にんじん、コーン、シークヮーサー	りんご酢、塩
			野菜のてんぷら	ちくわ（卵なし）、●卵	●小麦粉、でん粉	にんじん、たまねぎ、かぼちゃ、千切りごぼう、いんげん	塩
10	木	○	なすの和風ボロネーゼ	豚ひき肉、鶏ひき肉、赤みそ	●スパゲティー（小麦）、油、砂糖	にんにく、しょうが、たまねぎ、にんじん、エリンギ、ピーマン、なす	塩、トマトピューレ、トマトケチャップ
			ごぼうサラダ	無添加ハム	細切りアーモンド、マヨネーズ（卵なし）、白すりごま、ねりごま、砂糖	千切りごぼう、きゅうり、にんじん、ホールコーン	醤油
			ブルーベリーケーキ	●卵、●牛乳	●小麦粉、砂糖、無塩バター	ブルーベリー、　レモン果汁、レーズン	ベーキングパウダー
11	金	○	ごはん		精白米		
			魚そうめん汁	魚そうめん、もずく、花かつお		にんじん、だいこん、しめじ、長ねぎ	だし昆布、醤油、塩、酒
			タマナーチャンプルー	豚ばら肉、沖縄豆腐	油	にんにく、キャベツ、にんじん、たまねぎ、からしな	醤油、塩、こしょう
			さばのカレー焼き	さば	砂糖	しょうが	醤油、酒、みりん、カレー粉
			なし			なし	
15	火	○	麦ごはん		精白米、麦		
			ポークカレー	豚肉、レバー	油、じゃがいも、●小麦粉、マーガリン(乳不使用)	しょうが、にんにく、にんじん、たまねぎ、ピーマン、トマト	●カレールウ（小麦）、●エブリーカレーフレーク（小麦）、チャツネ、カレー粉、ウスターソース、塩、ポークブイヨン
			フルーツヨーグルト	●ヨーグルト（乳）		黄桃、洋なし、ぶどう、パイン、、チェリー、バナナ	
16	水	○	もずくぞうすい	鶏むね肉、もずく、花かつお	精白米	にんじん、こまつな、えのき、しょうが	塩、醤油、酒
			厚揚げと野菜のみそ炒め	豚もも肉、厚揚げ、赤みそ	砂糖、油	キャベツ、にんじん、もやし、たけのこ、にんにく	みりん、塩、醤油
			キャベツのメンチカツ	豚肉、大豆粉	●パン粉（小麦）、でん粉、砂糖　大豆油	キャベツ、たまねぎ、	塩、コンソメ
			オレンジ			オレンジ	
17	木	○	あみパン（中）		●あみパン（小麦、乳）		
			ピザトースト（小）	無添加ハム、無添加ウインナー、●ミックスチーズ（乳）	●食パン（小麦、乳）、油	たまねぎ、ピーマン、スイートコーン、マッシュルーム	トマトケチャップ、トマトピューレー、塩、こしょう、チリパウダー
			ポトフスープ	とり肉、無添加ベーコン	じゃがいも	にんじん、だいこん、たまねぎ、キャベツ、セロリー、ほうれん草	塩、こしょう、●鶏ガラ（卵）
			花野菜ソテー	無添加ウインナー	油	ブロッコリー、カリフラワー、にんじん、スイートコーン、にんにく	しょうゆ、塩、こしょう
			トマトミートオムレツ（中）	●卵、鶏肉	でん粉、油	たまねぎ	ケチャップ、トマトピューレ、塩
18	金	○	もちきびごはん		精白米、もちきび		
			チムシンジ	豚もも肉、豚レバー、赤みそ、白みそ、花かつお	じゃがいも	にんじん、とうがん、にら、にんにく	冷凍ポークガラ
			麩イリチー	●卵、豚ばら肉	●湿麩（小麦）油	キャベツ、もやし、にんじん、たまねぎ、からしな	塩、醤油、かつおだし
			こいわしのから揚げ	小いわし	小麦粉、油、でん粉		塩、こしょう
21	月	○	ごはん		精白米		
			おにぎりのり	1枚焼きのり（小）、味付けのり（中）			
			シブインブシー	豚もも肉、厚揚げ、結び昆布、チキアギ、赤みそ、麦みそ、花かつお	砂糖、油	とうがん、だいこん、にんじん、三角こんにゃく、いんげん、しいたけ	酒、醤油、塩
			おかかあえ	糸けずり	砂糖	きゅうり、もやし、キャベツ、にんじん	醤油、りんご酢、塩
			焼きししゃも	ししゃも			
22	火	○	ソースやきそば	豚ばら肉、かまぼこ	●焼きそば麺（小麦）、油	にんじん、たまねぎ、キャベツ、もやし、ピーマン	●焼きそばソース（小麦、乳）、ウスターソース、塩、こしょう
			野菜と豆と玄米のサラダ	ツナフレーク、青えんどう豆、ひよこ豆、キドニー、豆乳、みそ	玄米、マヨネーズ（卵なし）、白すりごま、砂糖	ブロッコリー、きゅうり、にんじん	醤油、りんご酢、塩
			焼き栗コロッケ		じゃがいも、さつまいも、くり、砂糖、●パン粉（小麦）、●小麦粉、でん粉、		塩
23	水	○	チキンライス	とり肉	精白米、乳不使用マーガリン、油	にんじん、たまねぎ、コーン、グリンピース、マッシュルーム	塩、こしょう、しょうゆ、トマトケチャップ、トマトピューレ、パプリカ粉、チキンブイヨン
			オムライスたまご焼き	●たまご焼き（卵）			
			アーモンドサラダ		細切りアーモンド、マヨネーズ（卵なし）、砂糖	ブロッコリー、カリフラワー、きゅうり、にんじん、コーン、シークヮサー	粒マスタード、塩、こしょう
			マスカットゼリー		マスカットゼリー		
24	木	○	ごはん		精白米		
			麻婆大根（な）	豚ひき肉、大豆たんぱく、木綿豆腐、赤みそ	ごま油、油、でん粉	しょうが、にんにく、だいこん、たまねぎ、にんじん、しいたけ、にら、長ねぎ	赤だし、醤油、トウバンジャン、●マーボー豆腐ベース（小麦）
			切干大根のナムル	無添加ハム	白ごま、砂糖、ごま油	切干しだいこん　、にんじん、きゅうり	醤油、ミツカン酢、塩
			揚げぎょうざ	豚肉	でん粉、砂糖、●小麦粉、大豆油	キャベツ、たまねぎ、ニラ、しょうが	醤油、塩
25	金	○	ごはん		精白米		
			スタミナ丼	豚もも肉	油、砂糖、ごま油、でん粉	しょうが、たまねぎ、にんじん、しめじ、にんにくの芽、たけのこ、きくらげ、糸こんにゃく、にんにく	醤油、料理酒、みりん、トウバンジャン
			きのこのみそ汁	絹ごし豆腐、赤みそ、白みそ、花かつお		しめじ、えのきたけ、なめこ、キャベツ、こまつな	
			柿			柿	
28	月	○	ピザトースト	無添加ハム、無添加ウインナー、●ミックスチーズ（乳）	●食パン（小麦、乳）、オリーブ油	たまねぎ、ピーマン、黄ピーマン、マッシュルーム	トマトケチャップ、トマトピューレー、塩、こしょう、チリパウダー
			オニオンスープ	とり肉、花かつお	油	たまねぎ、はくさい、にんじん、セロリー、パセリ、にんにく	酒、塩、こしょう、醤油。●冷鶏ガラ（卵）
小学校なし			アスパラコーンソテー	無添加ベーコン	油	アスパラガス、にんじん、いんげん、コーン	塩、こしょう
29	火	○	豚キムチチャーハン	豚もも肉、豚ばら肉	精白米、油	白菜キムチ、にんじん、たまねぎ、赤ピーマン、ホールコーン、にんにく	酒、醤油、みりん、ポークブイヨン、キムチの素、塩、こしょう
			小松菜のじゃこ和え	チリメン	白ごま、砂糖	こまつな、キャベツ、もやし、にんじん	醤油、りんご酢
			ちくわのマヨネーズ焼き	ちくわ（卵なし）、あおのり、糸けずり	マヨネーズ（卵なし）		醤油
			オレンジ			ネーブルオレンジ	
30	水	○	ごはん		精白米		
			沢煮椀	豚ばら肉、とり肉、花かつお		だいこん、ごぼう、にんじん、長ねぎ、しいたけ	だし昆布、醤油、みりん、酒、塩
			マカロニサラダ	無添加ハム	●マカロニ（小麦）、マヨネーズ（卵なし）、砂糖	きゅうり、たまねぎ、にんじん、ホールコーン	練りマスタード、塩、こしょう
			鶏肉のから揚げ	鶏もも肉	でん粉、●小麦粉（小麦）、大豆油	しょうが、にんにく	酒、塩、こしょう
31	木	○	なかよしパン		●なかよしパン（小麦、乳）		
			マッシュルームスープ	鶏むね肉、無添加ベーコン、白花豆、白いんげん豆、●脱脂粉乳(乳)、●生クリーム(乳)	じゃがいも、●小麦粉（小麦）、乳不使用マーガリン	マッシュルーム、たまねぎ、にんじん、パセリ	塩、こしょう、●ガラチキン(卵)
			魚のピザソース焼き	ホキ、●ナチュラルチーズ（乳）		マッシュルーム、たまねぎ、ピーマン	ピザソース、　トマトソース
			かぼちゃサラダ		アーモンド、マヨネーズ（卵なし）	かぼちゃ、きゅうり、にんじん、たまねぎ	塩、マスタード