

2022年 7月 詳細予定献立表

※アレルギー対応は★マークで表示、代替食対応が不可能な献立は（代替食なし）で表示します。
 代替食の提供なしを確認し家庭より弁当持参をお願いします。
 ★印対応は学校及び学校給食センターの処遇会議を経て対応が決まった児童・生徒へ行うものです。



季節の野菜・果物等がありましたら提供できる方は御協力お願い致します。（購入します。）連絡まっています。

日	曜日	こ ん だ て	主な材料と体内での働き			
			(あか) 血や肉・骨を作る	(きいろ) 働く力や体温となる	(みどり) 体の調子をととのえる	調味料
1	金	麦ごはん		こめ むぎ		
		タコライス〔肉〕	牛にく ぶた肉 ぶたレバー だいず	あぶら 三温糖	にんじん たまねぎ ピーマン にんにく	チリミックス チリパウダー デミグラスソース ウスター ソース ケチャップ
		★タコライス〔チーズ野菜〕 ゆし豆腐汁 ★ナッツと小魚だよ	チーズ(★乳成分) ゆし豆腐 みそ カエリ	★アーモンド こま さとう 水あめ	きゃべつ とまと ねぎ	かつお節 しょうゆ みりん
4	月	モズク炊き込みごはん	ぶた肉 もずく だいず ちきあぎ(だいず)	こめ むぎ あぶら	にんじん なら	かつお節 しょうゆ マス みりん
		★ナベラーとたまごのみそ汁 グルクンの香草やき	★たまご みそ グルクン	オリーブ油	へちま かぼちゃ えのき	かつお節 パザル粉 パセリ にんにく マス
5	火	牛肉うどん	牛肉	うどん(小麦) 三温糖 油	しょうが きゃべつ たまねぎ に んじん えりんぎ	かつお節 しょうゆ 酒 みりん マス
		粉ふきイモ もやしのごま和え	青のり ちくわ みそ	じゃがいも こま 三温糖	もやし オクラ 黄ピーマン	マス しょうゆ マス
6	水	ナン		ナン(こむぎ だいず)		
		豆のドライカレー	レッドキドニー ひよこ豆 えんど う豆 だいず ぶた肉	こむぎこ あぶら	たまねぎ にんじん なす ばばい や とまと缶 にんにく びーまん	ドライカレー カレー粉 マス こしょう 赤わいん デミグラスソース ウスター ソース
7	木	大根とブロッコリーのサラダ みかん		三温糖	だいこん ブロッコリー きゅうり とまと レモン果汁 みかん	酢 こしょう しょうゆ
		★こっぺパン ツナサンド ★セタスープ 星型ポテト みかん	ツナ ベーコン(★乳成分 大豆 小麦 豚肉)	こっぺはん(★乳 こむぎ だいず) 三温糖 マヨネーズ	きゅうり にがうり ピクルス もやし オクラ にんじん えりんぎ たまねぎ コーン	豚だし しょうゆ マス こしょう
8	金	★麩ちゃんぶるー	★たまご 圧縮麩(こむぎ だい ず) おさかなソー(小麦 大豆)	あぶら	にんじん きゃべつ ゴーヤ もやし	しょうゆ マス しょうゆ こしょう
		★納豆みそ 焼きのり	なっとう(だいず) ツナ みそ のり	★アーモンド 三温糖 あぶら	しょうが	
11	月	★チーズライス きのこスープ	★牛乳 チーズ(★乳成分) とり肉 とうふ	こめ むぎ じゃがいも 油	たまねぎ にんじん コーン あお豆 しめじ エリンギ えのき きゃべつ にんじん	チキンだし しょうゆ マス こしょう 豚だし しょうゆ マス こしょう パセリ
		★チキンナゲット(代替食なし) みかん	チキンナゲット(★たまご ★乳 小麦 ゼラチン 大豆 とり肉)			
12	火	冷し中華めん		中華めん(小麦 大豆) ごま油		
		★冷し中華の具 冷し中華スープ(小学1~4年生) 冷し中華スープ(小学5年~中学3年生) ★さつま芋のシナモン風味 ココロすいか	★錦糸たまご ハム(★乳 大豆 豚肉)	冷やし中華スープ(こむぎ こま だいず) シークワサースープ(こむぎ だいず)	★アーモンド さつま芋 揚げ油 三温糖	もやし きゅうり 今帰仁すいか
13	水	あわご飯		こめ あわ		
		パパヤのみそ汁 県産マグロと大根の煮物 ★マミナのピーナツ和え	ぶた肉 みそ まくろ ★いか みそ	こんにやく 三温糖 ★ピーナツバター 三温糖	パパイヤ かぼちゃ チンゲン菜 しいたけ だいこん にんじん しょうが もやし きゅうり	かつお節 しょうゆ 酒 みりん 酢
14	木	★紅芋パン ★カレースープ スルメの夏やさいマリネ アセロラゼリー	★牛乳 とり肉 きびなご	紅芋パン(★乳 小麦 大豆) ★マーガリン じゃがいも 小麦粉 でん粉 揚げ油 オリーブ油 三温糖 さとう	にんじん しめじ こまつな たまねぎ きゅうり にがうり とまと アセロラ果汁	カレー粉 マス こしょう 豚だし 酢 マス こしょう アカー
		麦ごはん		こめ むぎ		
15	金	へちまの中華煮	ぶた肉 とうふ	こんにやく 三温糖 油 でん粉	へちま 冬瓜 きゃべつ 人参 椎茸 ほうれん草	オイスターソース しょうゆ 七味唐辛子 マス とり だし 豚だし にんにく
		★シークワサー蒸しケーキ(代替食なし) みかん	★たまご ★牛乳 ★脱脂粉乳	★アーモンド ★マーガリン ケーキ ミックス粉(★乳 小麦 大豆) 小麦粉 さとう	シークワサー果汁	ベーキングパウダー
19	火	★イカスミじゅうし	★いか ぶた肉 油揚げ	こめ むぎ こんにやく 油	にんじん しいたけ なら	イカ墨 かつお節 豚だ し しょうゆ マス にんにく
		★魚そうめん汁 カラギちんすこう	★錦糸たまご 魚そうめん	小麦粉 ラード さとう	ねぎ シナモン	かつお節 しょうゆ マス
20	水	麦ごはん		こめ むぎ		
		けんちん汁 サンマのかば焼き こんぶ炒め	とり肉 とうふ 油揚げ さんま こんぶ ぶた肉	ごま油 こんにやく さといも でん粉 揚げ油 三温糖 こま 油 三温糖	ごぼう にんじん ねぎ しょうが	かつお節 しょうゆ マス みりん しょうゆ かつお節 しょうゆ みりん

＜調味料詳細＞

濃・薄口しょうゆ(小麦・大豆) 白・赤・イナムドゥチ用みそ(大豆) 酢(小麦) 黒豆(大豆) 青豆(大豆) もやし(大豆) きな粉(大豆) 油揚げ(大豆)
 マヨネーズは卵抜のマヨネーズ使用(大豆) ツナ(大豆) カステラかまぼこ(大豆・卵) マーガリン(乳・大豆) バター(乳) ジェノバペースト(乳) チーズ(乳)
 脱脂粉乳(乳) パン粉(小麦・大豆) ケーキ粉(小麦・乳・大豆) デミグラスソース(小麦粉・鶏肉) 甜面醬(小麦・大豆) カレールウ(小麦) マドラスカレー(小麦・大豆・りんご)
 オイスターソース(かきエキス・漁獲) ピーナツバター(ピーナツ 大豆) ポロニアソーセージ(牛肉・豚肉・大豆) ハヤシルウ(小麦・大豆・牛肉) チャツネ(りんご)
 チリミックス(小麦・砂糖・食塩・トマト・でん粉・チリペッパー・ガウリック・ポークエキス) ドライカレー(乳・小麦・牛肉・豚肉・りんご)

※海産物(もずく・あさり・しらす・いか・のり等) えび・かにに共生しています。 ※揚げ油(大豆) は数回使用しています。

●食品衛生法に基づくアレルギー表示義務7品目及び、推奨21品目のアレルゲンを記載しています。

表示義務 7 品目 ; 卵・乳・小麦粉・えび・かに・落花生・そば

推奨 21 品目 : アーモンド・あわび・いか・いくら・オレンジ・カシューナッツ・キウイフルーツ・牛肉・豚肉・鶏肉・くるみ・ごま・さけ・さば・大豆・バナナ・まつたけ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン

●今帰仁給食センターでは、乳・卵・えび・かに・いか・あさり・さけ・さば・落花生・アーモンド・カシューナッツ・バナナの対応を行っています。