

2022年 11月 詳細予定献立表

※アレルギー対応は★マークで表示、個数物は対応が不可能なため（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。

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	火	ナポリタン きびなことクワン草のマリネ ガーリックポテト みかん	ベーコン きびなこと	パスタ(小麦) 油 三温糖 でん粉 揚げ油 オリーブ油 三温糖 じゃが芋	たまねぎ マッシュルーム ヒーマン トマト缶 クワン草の花 赤たまねぎ きゅうり みかん	ケチャップ にんにく デミグラスソース 酢 マース こしょう ガーリックパウダー マース こしょう パセリ
2	水	吹きよせごはん 武者汁 黒糖アガラサー 麦ごはん	とり肉 大豆 油揚げ じゃこボール(小麦 ぶた 大豆) みそ 豆乳	こめ むぎもち米 さつま芋 油 こんにゃく 小麦粉 黒糖 ごま	あお豆 にんじん しめじ れんこん 大根 こぼろ にんじん ねぎ	しょうゆ みりん さけ マース かつおだし ベーキングパウダー 重曹
4	金	★エビチリ丼 もずくスープ ココナッツミルク	★車えび ほき 高野豆腐 もずく	でん粉 揚げ油 三温糖 タビオカパール さとう	たまねぎ オクラ コーン缶 黄桃缶 みかん缶 ぶどう缶 ココナッツパウダー	にんにく 生姜 ケチャップ 醤油 豆板醤 とりだし 豚だし とりだし 醤油 マース こしょう
7	月	ケチャップライス くるくるソーセージ 羊のいろいろサラダ 果物	とり肉 ベーコン ウインナー(乳 牛肉 豚肉 大豆 小麦)	こめ むぎ 油 パイ生地(乳 小麦 大豆) じゃが芋 さつま芋 紅芋 長芋 マヨネーズ ごま	マッシュルーム 木くらげ たまねぎ 人参 コーン缶 グリンピース	ケチャップ こしょう とりだし 酢 醤油
8	火	麦ごはん かみかみ丼 根菜汁 ★ココアごま菓子(代替食なし)	牛肉 みそ ちぎ揚ぎ 油揚げ	こめ むぎ こんにゃく 油 三温糖 じゃが芋	ごぼう 人参 いんげん きくらげ 大根 たまねぎ 人参 小松菜 エリンギ レーズン	醤油 酒 豆板醤 かつおだし 醤油 マース ココア
9	水	★チャーメン 魚のピリ辛やき 茎わかめの和え物 みかん	★うずらの卵 とり肉 パンガシウス 茎わかめ わかめ	中華めん(小麦 大豆) ごま油 でん粉 三温糖 ごま 三温糖	白菜 チンゲン菜 人参 たけのこ 木くらげ 長ねぎ クワン草の花 だいこん きゅうり シークワーサー果汁	生姜 にんにく 醤油 マース こしょう オイスターソース とりだし コチジャン 醤油 にんにく 醤油 マース
10	木	シナモン揚げパン ドイツ風スープ ハウレン草ソテー マスカットゼリー	ソーセージ	こっぺぱん(乳 小麦 大豆) 揚げ油 三温糖 じゃが芋 油 マスカットゼリー(鉄)	キャベツ 人参 たまねぎ セロリ ほうれん草 エリンギ コーン缶 人参	シナモン 豚だし ローレル にんにく マース こしょう カレール 醤油 マース こしょう
11	金	麦ごはん ★ツナたまごの油味噌 焼きのり 麺汁 うりずん豆炒め	★たまご ツナ みそ 焼き海苔 とり肉 とろろ 昆布 ちぎ揚ぎ	こめ むぎ 油 三温糖 こんにゃく 油 三温糖 ごま	冬瓜 パパイア 人参 小松菜 うりずん豆 エリンギ	かつおだし 醤油 マース 醤油 酒 みりん
14	月	クリームスープパグティ キャラメルポテト パル風味サラダ	とり肉 牛乳 生クリーム	パスタ(小麦) 油 三温糖 小麦粉 さつま芋 三温糖 マーガリン ごま 三温糖	白菜 たまねぎ 人参 しめじ パセリ キャベツ きゅうり コーン缶	白ワイン とりだし マース こしょう 酢 醤油 マース パシル粉
15	火	麦ごはん 三色丼(ごぼう) ★三色丼(★たまご野菜) ★花魁のすまし汁 ★ずんだもち	とり肉 ぶた肉 だいす ★たまご ★あさり 花魁 とうふ 白花豆 白いんげん豆	こめ むぎ 三温糖 あぶら ごま油 あぶら	たまねぎ 生姜 にんにく ごま油 えのき茸 ねぎ グリンピース あお豆	しょうゆ みりん さけ 煎干しだし(きし) かつ お節 醤油 みりん 酒 マース
16	水	ほろほろじゅうしい パパアの煮付け 手作り紅芋だんご みかん	ツナ ちぎ揚ぎ とり肉	こめ むぎ こんにゃく 油 三温糖 紅芋 白玉粉 三温糖 ごま 揚げ油	フーチバー にんじん 白菜 小松菜 ばいばい にんじん いんげん	かつおだし しょうゆ マース 醤油 酒
17	木	こっぺパン タットリタン やわらかチキンフライ ごぼうサラダ 麦ごはん	とり肉 やわらかチキンフライ(とり肉 牛肉 大豆 小麦)	こっぺぱん(乳 小麦 大豆) じゃが芋 油 三温糖 ごま油 ごま 揚げ油 ごま マヨネーズ 三温糖	たまねぎ 人参 長ねぎ ごぼう にんじん きゅうり コーン缶	にんにく 生姜 とりだし 醤油 みりん コチジャン 醤油 酢
18	金	★シーフードカレー ピクルスべつたら漬け チョコソース おきなわふうやきそば	★えび ★いか ★あさり 白いんげん豆	じゃが芋 ごま さとう 小麦粉 三温糖 油	人参 玉ねぎ ピーマン だいこん きゅうり ピクルス	生姜 にんにく りんごピューレ カレールウ マドラスカレー チャッ ネ フルンピッツ チョコチップ ベーキングパウダー
21	月	おきなわふうやきそば シークワーサーゼリー ソース 麦ごはん	ぶたにく ちぎ揚ぎ とうふ ツナ みそ	おきなわそば(ごま油 だいす) あぶら さとう 三温糖 こめ あわ	きゃべつ もやし にんじん たら きくらげ シークワーサー果汁 ほうれん草 にんじん	しょうゆ まーす アカー みりん
22	火	あわごぼん 真汁 サバのみぞれかけ ★雪花あえ みかん	大豆 みそ 油揚げ さば ★たまご ちくわ おから	こめ あわ でん粉 ごま油 揚げ油 三温糖 三温糖	パパイア かぼちゃ しめじ だいこん しょうが れんこん にんじん ほうれん草 みかん	かつおだし マース しょうゆ みりん さけ しょうゆ す
24	木	しらすトースト 豚汁 五目煮 みかん	しらす みそ チーズ 豚肉 とうふ みそ 大豆 ちぎ揚ぎ	食パン(小麦 乳 大豆) マヨネーズ じゃが芋 こんにゃく 三温糖	きゃべつ たまねぎ コーン缶 大根 にんじん 長ねぎ れんこん いんげん みかん	かつおだし 醤油 酒
25	金	★スーミータン ユーリンチー もやしナムル	★たまご とり肉	こめ むぎ でん粉 でん粉 揚げ油 三温糖 ごま油	クリームコーン缶 にんにく 生姜 長ねぎ もやし にんじん きゅうり	とりだし マース 醤油 パセリ 醤油 酢 醤油 にんにく 豆板醤
28	月	★ケチャップライス くるくるソーセージ 羊のいろいろサラダ 果物	★たまご ツナ ウインナー(乳 牛肉 豚肉 大豆 小麦)	こめ むぎ 油 パイ生地(乳 小麦 大豆) じゃが芋 さつま芋 紅芋 長芋 マヨネーズ ごま	木くらげ たまねぎ 人参 あお豆 きゅうり 赤たまねぎ 果物	ケチャップ こしょう とりだし 酢 醤油
29	火	すきやきうどん ★あおさ入り卵やき(代替食なし) おかか和え ★とろとチーズ 麦ごはん	牛肉 ★たまご あおさ 温麺(小麦 大豆) おから けずりだし とろとチーズ(★アーモンド 乳 ごま)	うどん(小麦) 三温糖 油 三温糖 三温糖 こめ むぎ 三温糖 ごま油 でん粉 春雨	白菜 人参 小松菜 長ねぎ 椎茸 きゃべつ きゅうり ※アレルギー対応代替食→ミ	かつおだし 醤油 みりん 醤油 みりん しょうゆ フィッシュ(ごま)
30	水	★とろとチーズ 麦ごはん マーボー豆腐丼 春雨スープ ★種実クッキー(代替食なし)	とうふ ぶた肉 大豆 みそ 牛乳	こめ むぎ 三温糖 ごま油 でん粉 春雨 ★アーモンド マーガリン(乳 大 豆) 小麦 でん粉 三温糖 ごま	たまねぎ にんじん たら 生姜 はくさい にんじん チンゲン菜	にんにく 醤油 豆板醤 ぶただし とりだし 醤油 マース 生姜

<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)
ツナ(大豆) カステラかまぼこ(大豆・卵) ちぎあぎ(大豆) マーガリン(乳・大豆) バター(乳) ジェンババースト(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・大豆・鶏肉・牛肉・りんご)
オイスターソース(かきエキス・漁醬) 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)

チリミックス(小麦・砂糖・食塩・トマト・でん粉・チリペッパー・ガーリック・ポークエキス)

マヨネーズは卵抜のマヨネーズ使用(大豆)

※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20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 20 品目 : あわび・いか・いくら・さけ・さば・鶏肉・セラチン・豚肉・牛肉・大豆・まつたけ・キウイフルーツ・オレンジ・バナナ・もも・やまいも・りんご・カシューナッツ・くるみ・ごま

●今帰仁給食センターでは、たまご・えび・かに・いか・あさり・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。