

令和8年3月 アレルギー献立表

今帰仁給食センター
電話 0980-56-2106

日	曜日	こんだて	(あか) おもに体をつくるものになる食品	(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のになる食品	調味料
2	月	沖縄そば	豚肉、蒸しかまぼこ	沖縄そば(小麦・大豆)、あぶら(大豆)	生姜	醤油(小麦・大豆)、みりん、料理酒、かつおぶし、塩
		ガルバンゾーサラダ ★野菜入り玉子焼【代替食なし】 ★キットカット【代替食なし】	蒸しひよこ豆 ★たまご ★キットカット(小麦・乳・大豆)	マヨネーズ(大豆) あぶら(大豆)、さとう	きゅうり、たまねぎ、コーン、レーズン たまねぎ、にんじん、国産ほうれん草	マスタード だし汁、塩
3	火	★なかよし揚げパン【代替食なし】	きな粉(大豆)、★脱脂粉乳(乳)	★なかよしパン(乳・小麦・大豆) あぶら(大豆)、こくとう、さとう		ビュココア
		A B C トマトスープ ココナッツミルク	とりむね、無塩せきベーコン ココナッツミルクパウダー	じゃが芋、あぶら(大豆) タピオカパール、グラニュー糖	たまねぎ、にんじん、セロリ、トマト缶 黄桃ダイス、みかん缶、ぶどう缶	ガラ骨、おろしにんにく、塩
4	水	もちきびごはん		こめ、もちきび、コーラルハイポw		
		★タコライス丼(ビザソールVr) 【除去食】 ★クラムチャウダー 【除去食】 ひなあられ	ぶたにく、牛ひき肉、大豆、 ★クッキングチーズ(乳) あさり、ベーコン★牛乳 ★脱脂粉乳(乳) 大豆	あぶら(大豆)、さとう じゃが芋、あぶら(大豆)、小麦粉	にんじん、たまねぎ、ピーマン、キャベツ、トマト たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、パセリ	おろしにんにく、赤ワイン、ケチャップ、ウスター(大豆・りんご)、ピザソース、トマトピューレー、醤油(小麦・大豆)、塩 ガラ骨、塩
5	木	麦ごはん		こめ、むぎ、コーラルハイポw		
		カレー		じゃが芋、あぶら(大豆)	たまねぎ、にんじん、栗かぼちゃ、エリンギ	ガラ骨、おろしにんにく、カレールー(小麦・牛・鶏・大豆)、ウスター(大豆・りんご)、醤油、デミグラスソース(小麦・鶏)
		豚カツ	ぶた	小麦粉、パン粉(小麦・大豆)、あぶら(大豆)		黒こしょう
		コールスローサラダ ★フルーツポンチ【除去食】	マヨネーズ(大豆)、さとう グラニュー糖	キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン、 ★バナナ、輸入パイナップル、みかん缶、黄桃ダイス	酢、ポッカレモン	
6	金	麦ごはん		こめ、むぎ、コーラルハイポw		
		豚じゃが	豚肩ロース、さつま揚げ、あつあげ(大豆)	じゃが芋、あぶら(大豆)、さとう	たまねぎ、にんじん、スジナシインゲン	かつおぶし、醤油(小麦・大豆)、料理酒、みりん、おろし生姜
		海の香りサラダ	乾燥茎わかめ、姫ひじき	さとう、アブラ(大豆)	きゅうり、キャベツ、コーン	醤油(小麦・大豆)
		★セルフおにぎり		こめ、むぎ、コーラルハイポw		
		★油みそ ★焼きのり ★鶏のからあげ ★青のりポテト ★手作りお祝いケーキ	ツナ(大豆)、みそ 焼きのり おむすびころんちよ とりにく あおのり ★たまご、★牛乳、★生クリーム(乳)	さとう、あぶら(大豆) あぶら(大豆)、小麦粉、強力粉、 じゃがいも、あぶら(大豆) さとう、小麦粉、あぶら(大豆)	いちご	おろしにんにく、黒こしょう ベーキングパウダー
		きびご飯 大根のみそ汁 鶏の唐揚げ ひじきのごま和え	とうふ(大豆)、みそ とりにく 姫ひじき	こめ、もちきび 小麦粉、強力粉、でんぷん、あぶら(大豆)、さとう	だいこん、にんじん、しいたけ、ねぎ	かつおぶし 黒こしょう、おろしにんにく 醤油(小麦・大豆)、みりん
		★コッペパン【代替食なし】 ★コーンスープ【除去食】 ★ロールキャベツ風ハンバーグ【除去食】 なかよしたんかんゼリー	★ぎゅうにゅう ぶたにく、牛ひき肉、★ぎゅうにゅう、 ★たまご	★コッペパン(乳・小麦・大豆) ★無塩バター(乳) パン粉(小麦・大豆)、グラニュー糖	コーン、クリームコーン缶、たまねぎ、にんじん、パセリ たまねぎ、キャベツ	ガラ骨、チキンブイヨン(小麦・大豆)、塩、こしょう 塩、こしょう、トマト缶、ケチャップ、ウスター(大豆・りんご)、チキンブイヨン(鶏) アガー
麦ごはん		こめ、むぎ、コーラルハイポw				
11	水	わかめの味噌汁	わかめ、とうふ(大豆)、みそ		たまねぎ、えのき茸、ねぎ	かつおぶし
		サバの塩麹焼き 小松菜のおひたし	サバ 焼き竹輪	ごま、ごま油、さとう	こまつな、にんじん	おろしにんにく料理酒 だし汁、醤油(小麦・大豆)
12	木	★カルボナーラ風スパゲッティ【除去食】	無塩せきベーコン、★ぎゅうにゅう ★生クリーム(乳)、★たまご	スパゲティロング(小麦)、あぶら(大豆)、★無塩バター(乳)	たまねぎ、にんじん、国産ほうれん草、にんにく	醤油(小麦・大豆)、チキンブイヨン(鶏)、白ワイン、塩
		トマトスープ ★フルーツヨーグルト【除去食】	とりにく、だいず ヨーグルト(★乳)	さとう	たまねぎ、トマト缶、にんじん、キャベツ ★バナナ、輸入パイナップル、みかん缶、黄桃ダイス	チキンブイヨン(鶏)、塩、こしょう

●今帰仁給食センターでは、たまご・乳・えび・かに・落花生・アーモンド・カシューナッツ・くるみ・バナナの対応を行っています。
※アレルギー対応は★マークで表示、対応が不可能な献立は【代替食なし】で表示します。
★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。

●食品衛生法に基づくアレルギー表示義務8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8品目：卵、乳、小麦粉、そば、落花生、くるみ、えび、かに
推奨20品目：アーモンド、カシューナッツ、ごま、いか、いくら、あわび、さけ、さば、大豆、牛肉、豚肉、鶏肉、バナナ、オレンジ、もも、りんご、やまいも、まつたけ、ゼラチン

よく使用する調味料・食材アレルギー一覧

- ・しょうゆ(小麦 大豆)・赤だし(大豆 さば 鶏肉)・酢、特濃酢(小麦)
 - ・豆腐、豆乳、おから、赤みそ、あまくちみそ、油あげ、大豆油、厚揚げ(大豆) ・マーガリン(大豆、乳) ・バター(乳)
 - ・ツナ(大豆) ・ゴマ油(ごま) ・鶏だし骨(鶏肉、卵) ・豚だし骨(豚)
 - ・カレールウ(小麦 牛肉 鶏肉 大豆) ・ホワイトルウ(乳 小麦 大豆 牛肉 鶏肉)
 - ・豆板醤(大豆 小麦) ・料理酒(小麦)
 - ・デミグラスソース(小麦 鶏肉) ・チキンブイヨン(鶏) ・ポークブイヨン(鶏 豚)
 - ・マヨネーズは卵抜きマヨネーズ使用(大豆) ・オイスターソース(かきエキス、魚醤)
- ※海藻類、もずく、あさり、しらす、いか、のり等の漁場にはえび・かに類が生息しています。
※揚げ油(大豆)は数回しゅうしています。※天候・食材の都合により、献立を変更する場合があります。

もうすぐ春休み!
しんねんとむ しょうじく しょうじく
新年度に向けて準備をする機会に
しんねんとむ しょうじく しょうじく
新年度が始まると、環境が変わり、心と体に負担がかかりやすくなります。春休み中も早寝・早起きを心がけ、朝ごはんをしっかり食べて体調を整えておきましょう。

はる しょうじく しょうじく しょうじく
春の行事と行事食
3月3日 ひなまつり
3月20日ごろ 春分の日(春のお彼岸)
3月23日 相聞花のころ お花見

はまぐりの雑汁 ひしもち ぼたもち 花見団子 行事弁当