

令和8年度 5月アレルギー詳細献立

今帰仁給食センター

電話 0980-56-2106

日	曜日	こんだて	おもに体をつくるものになる食品 (おか)	おもにエネルギーのもとになる食品 (まい)	おもに体の調子を整えるものになる食品 (みどり)	調味料
1	金	麦ごはん		こめ、押麦、コーラルバイオPW		
		★タコライス丼【除去食】	ぶたにく、ぶたレバー、牛ひき肉、大豆、★クッキングチーズ(乳)	あぶら(大豆)、さとう	にんじん、たまねぎ、ピーマン、キャベツ、トマト	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、チリパウダー
		もずくスープ	おきなわもずく、とうふ(大豆)	でんぶん	にんじん、えのき茸、ねぎ	かつおぶし、醤油、塩、料理酒
		今帰仁村産とうもろこし		とうもろこし		
7	木	若竹ごはん	とりにく、油揚げ(大豆)	こめ、むぎ、コーラルバイオPW、あぶら(大豆)	たけのこハーフ、こんにゃく、板こんにゃく、精粉こんにゃく、にんじん、葉ねぎ	かつおだし、醤油(小麦・大豆)、みりん、塩
		魚のお汁	あかさかな、みそ(大豆)		冬瓜、にんじん、エリンギ、ねぎ	かつおぶし、醤油(小麦・大豆)
		五色和え		さとう、ごま	キャベツ、もやし、きゅうり、あかピーマン、コーン缶	酢(小麦)、醤油(小麦・大豆)
		柏餅		柏餅(大豆)		
8	金	フーチバーじゅうしい	ぶたにく	こめ、むぎ、コーラルバイオPW、あぶら(大豆)	にんじん、よもぎ、しいたけ	醤油(小麦・大豆)、塩、かつおだし
		魚の天ぷら	ホキ	小麦粉、あぶら(大豆)		料理酒、塩
		ゴーヤのウサチー		さとう	にがうり、もやし、きゅうり	酢(小麦)、醤油(小麦・大豆)
		くだもの		くだもの		
11	月	ジャージャー麺	ぶたにく、大豆、みそ(大豆)	中華麺(小麦・大豆)、ごま油、あぶら(大豆)、さとう、でんぶん	たまねぎ、ナス、たけのこ水煮	おろしにんにく、甜麺醤、豆板醤(小麦・大豆)、醤油(小麦・大豆)
		揚げ餃子	餃子(豚・小麦・大豆)	あぶら(大豆)		
		ひじきの中華サラダ	無添加ハム(豚・大豆)、姫ひじき	さとう、ごま油、ごま	きゅうり、もやし、あお豆	醤油(小麦・大豆)、酢(小麦)
12	火	もちきびごはん		こめ、もちきび、コーラルバイオPW		
		納豆みそ	みそ(大豆)、ツナ、挽きわり納豆(大豆)	あぶら(大豆)、さとう、アーモンド	生姜	
		焼きのり	焼のり			
		のっぺい汁	鶏むね(皮つき)、油揚げ(大豆)	さとも、でんぶん	だいこん、にんじん、しいたけ、こんにゃく、ねぎ	かつおぶし、醤油(小麦・大豆)、塩、料理酒
		★麩炒め【除去食】	★たまご	ふ(小麦・大豆)、あぶら(大豆)	キャベツ、もやし、にんじん、からし菜	醤油(小麦・大豆)、塩、黒こしょう
13	水	★ななかよしパン【代替食なし】		★ななかよしパン(乳・小麦・大豆)		
		ヌードルスープ	とりむね	あぶら(大豆)スパゲッティ(小麦)	たまねぎ、にんじん、キャベツ、セロリ、マッシュルーム	おろしにんにく、塩
		★白身魚のチーズ焼【除去食】	パンガシウス、★脱脂粉乳(乳)★チーズ(乳)	マヨネーズ(大豆)	パセリ	黒こしょう
		コロコロサラダ	アーモンド、無添加ハム(豚・大豆)	さとう	きゅうり、だいこん、コーン、あお豆	酢(小麦)、塩、こしょう、ポッカレモン
14	木	麦ごはん		こめ、押麦、コーラルバイオPW		
		タットリタン	とりにく	じゃが芋、あぶら(大豆)、さとう、ごま油、ごま	たまねぎ、にんじん、ながねぎ	おろし生姜、にんにく、チキンブイヨン(鶏)、醤油(小麦・大豆)、みりん、コチジャン(大豆)
		チョレギサラダ	わかめ、のり	ごま	キャベツ、こまつな、きゅうり	ドレッシング韓国ナムル(小麦・大豆・鶏・豚・ごま)
		★きなこナッツ【除去食】	アーモンド、★くるみ、きな粉(大豆)	スライスローストアーモンド、さとう		塩
15	金	芋ごはん		こめ、むぎ、さつま芋、コーラルバイオPW		
		★クーリジシ【除去食】	ぶたにく、油揚げ(大豆)、刻み昆布、★たまご		冬瓜、ごぼう、しいたけ、木くらげ	ガラ骨、かつおぶし、醤油(小麦・大豆)、塩
		スルルーのマース煮	きびなご			料理酒、塩、おろし生姜
		ウサチー	ツナ	さとう	こまつな、きゅうり、パパイア、にんじん	酢(小麦)、醤油(小麦・大豆)、塩
		パイ		パイナップル		
18	月	麦ごはん		こめ、押麦、コーラルバイオPW		
		デミカツ丼	ぶた	小麦粉、パン粉(小麦)、あぶら(大豆)、さとう、でんぶん	キャベツ、にんじん	黒こしょう、チャップ、トマトピューレー、チキンブイヨン(鶏)
		ピリ辛ごぼうサラダ	ツナ、みそ(大豆)	マヨネーズ(大豆)、さとう	ごぼう、にんじん、こまつな、コーン	ポッカレモン、豆板醤(大豆・小麦)
		岡山風きびだんご	きな粉(大豆)	白玉粉、さとう、もちきび		塩
19	火	もちきびごはん		こめ、もちきび、コーラルバイオPW		
		じゃがいものみそ汁	わかめ、みそ(大豆)	じゃが芋	たまねぎ、にんじん、ねぎ	かつおぶし
		★厚焼き玉子【代替食なし】	★たまご	ふ(小麦・大豆)、あぶら(大豆)、さとう		かつおだし、醤油(小麦・大豆)、塩
		ひじき煮	姫ひじき、油揚げ(大豆)、だいず	あぶら(大豆)、さとう	にんじん、あお豆	かつおだし、醤油(小麦・大豆)、みりん
20	水	★コッペパン【代替食なし】		★コッペパン(小麦・乳・大豆)		
		★ヘチマのクリームスープ【除去食】	あさり、★ぎゅうにゅう、白花生ペースト	あぶら(大豆)、小麦粉	へちま、パパイア、たまねぎ、にんじん	ガラ骨、塩
		スラピージョ	ぶたにく、だいず	あぶら(大豆)、さとう	たまねぎ、木くらげ、トマト缶	ケチャップ、デミグラスソース(小麦・大豆・牛肉、豚肉)、塩、チリパウダー
		ごまじゃこサラダ	しらす干し、削り節	ごま、ごま油、さとう	キャベツ、にんじん、きゅうり	酢(小麦)、醤油(小麦・大豆)
		くだもの		くだもの		
21	木	黒紫米ごはん		こめ、餅米、黒米、コーラルバイオPW		
		中身汁	ぶた小腸、豚肩ロース、粉かつお		こんにゃく、板こんにゃく、しいたけ、生姜	醤油(小麦・大豆)、塩
		白身魚のシークァーサーあん	ホキ	でんぶん、あぶら(大豆)、さとう	シークァーサー果汁	料理酒、おろし生姜、塩、醤油(小麦・大豆)、みりん
		★人参シリシリ【除去食】	★たまご、ツナ(大豆)	あぶら(大豆)	にんじん、パパイア	かつおだし、醤油(小麦・大豆)、塩
22	金	★トマトチーズリゾット【除去食】	無塩せきベーコン、★えび、★チーズ(乳)	こめ、むぎ、さとう、コーラルバイオPW	たまねぎ、コーン缶、トマト缶、パセリ	ガラ骨、ケチャップ、トマトピューレー、おろしにんにく、醤油(小麦・大豆)
		じゃが芋とブロッコリーのソテー	ぶたにく	じゃが芋、あぶら(大豆)	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、カリフラワー	醤油(小麦・大豆)、塩、黒こしょう
		★チョコチップスコーン【除去食】	★ぎゅうにゅう	小麦粉、さとう、あぶら(大豆)、★チョコチップ(乳・大豆)		ベーキングパウダー
25	月	★ベベロンチーノ【除去食】	とりむね、無塩せきベーコン(豚)	スパゲティロング(小麦)、オリーブ油、★有塩バター(乳)	キャベツ、にんじん、しめじ、スジナンインゲン、こまつな、カイエンペッパー、パセリ	おろしにんにく、白ワイン、塩
		きびなごのガーリック揚げ	きびなご	でんぶん、あぶら(大豆)		料理酒、醤油(小麦・大豆)、おろしにんにく
		★イタリアンサラダ【除去食】		オリーブ油、さとう	キャベツ、きゅうり、カリフラワー、あかピーマン	ピネガー、塩、★ジェノバペースト(乳)
26	火	麦ごはん		こめ、むぎ、コーラルバイオPW		
		勝つカレー	マグロカツ(小麦・大豆)	あぶら(大豆)、じゃが芋	たまねぎ、にんじん、栗かぼちゃ、黒あわび茸	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(小麦・大豆)、デミグラスソース(小麦・牛・豚・大豆)、マドラスカレー(小麦・りんご)
		元気サラダ	蒸しひよこ豆、ひよこ豆、青えんどう豆、赤いんげん豆、黄いんげん豆、緑いんげん豆、アーモンド		あお豆、ブロッコリー、キャベツ、コーン	タンカンドレッシング(小麦・大豆・ゼラチン)
		★アロエフルーツヨーグルト【除去食】	★ヨーグルト(乳)		アロエ(ダイズ)、みかん缶、黄桃(ダイズ)、輸入パン(チビット)	
27	水	★シークァーサーToast【代替食なし】		★食パン(小麦・乳・大豆)★無塩バター(乳)、はちみつ、あぶら(大豆)	シークァーサー果汁	
		★クラムチャウダー【除去食】	あさり、無塩せきベーコン(豚)、★ぎゅうにゅう、★脱脂粉乳(乳)	じゃが芋、あぶら(大豆)、小麦粉	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、パセリ	ガラ骨、塩
		いんげんソテー	ぶたにく	あぶら(大豆)	スジナンインゲン、ブロッコリー、にんじん	おろしにんにく、塩、黒こしょう、醤油(小麦・大豆)
		くだもの		くだもの		
28	木	麦ごはん		こめ、押麦、コーラルバイオPW		
		豆腐のすまし汁	とうふ(大豆)、わかめ		たまねぎ、ねぎ	かつおぶし、醤油(小麦・大豆)、塩
		さばのみそ煮	サバ骨取り、みそ(大豆)	さとう		料理酒、みりん、醤油(小麦・大豆)
		納豆和え	挽きわり納豆(大豆)、糸げすり	さとう、ごま	こまつな、もやし、にんじん	醤油(小麦・大豆)
29	金	うりずんの頃じゅうしい	生アサ、あさり	こめ、むぎ、コーラルバイオPW、ごま、さとう	にんじん	醤油(小麦・大豆)、料理酒、みりん
		★ピーナツ和え【除去食】	とりささみチャンク(鶏)、みそ(大豆)	★ピーナツバター、さとう	だいこん、もやし、きゅうり	酢(小麦)
		★バインケーキ【代替食あり】	★たまご、★ぎゅうにゅう	ケーキドーナツミックス(小麦・乳・大豆)、さとう、あぶら(大豆)、ベーキングパウダー、黒糖	輸入パン(チビット)	
		【代替食の材料】→小麦粉、さとう、黒糖、あぶら(大豆)、水、ベーキングパウダー、バイン				