

# 令和7年12月 詳細献立表（アレルギー）

那霸市立松島小学校 917-3485

※「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8品目及び下記の品目について表示しています。

学校給食の 基準量	E=エネルギー 650 Kcal	P=タンパク質 21.1~32.5 g	F=脂質 14.4~21.7 g
--------------	---------------------	------------------------	---------------------

表示義務(特定原材料)8品目

たまご、乳、小麦、落花生(ピーナッツ)、エビ、ソバ、カニ、くるみ

大麦、イカ、タコ、貝類、カシューナッツ、ピーカンナッツ、ピスタチオ、さとう、チーズ

その他

※ 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。

※ 詳しい情報が必要な方、または不明な点がある場合は、給食室(給食センター)までお問い合わせください。

※ 給食を食べる前に、必ず内容を確認してください。

※ 材料、天候等により、献立を変更する場合があります。

※ 配合表を基に表記しているため、表示義務8品目以外の食品については表記されていない場合もあります。

※ 給食で使用するもしくやーアーサ、チリメンなどにエビ・カニが混ざる可能性があります。

日	曜日	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	調味料由来	
1	月	牛乳	ごはん タカラス 米粉のコンポータージュ バナナ	豚肉,豚レバー,大豆,チーズ(乳) 無塩せきベーコン,牛乳	ごめ あぶら 米粉,バター(乳),生クリーム(乳)	にんじん,たまねぎ,ピーマン,にんにく,キャベツ,トマト にんじん,たまねぎ,コーン,パセリ,ウージパウダー バナナ	
		牛乳	ごはん とりじる レバニラいため 手作りスティートポテト	鶏肉 豚レバー,豚肉,みそ スキムミルク(乳)	ごめ あぶら,さとう,ごまあぶら,ごま さつまいも,さとう,バター(乳)	どうがん,にんじん,こまつな,しいたけ,しょうが にんじん,たけのこ,キャベツ,たまねぎ,にら,にんにく	
		牛乳	きむたくごはん	豚肉	ごめ,あぶら	にんじん,きくらげ,はくさい,白菜キムチ(小麦),だいこん漬け(砂糖)	
		牛乳	さかなソーメンじる もずくのかきあげ	鶏肉,魚そうめん,豆腐 かまぼこ,大豆,もずく,たまご	ごむぎこ,あぶら	しいたけ,にんじん,こまつな	
4	木	牛乳	てづくりメロンパン ミネストローネ タンカンサラダ	牛乳 鶏肉	バーガーパン(小麦,乳),バター(乳),さとう,ホットケーキミックス(小麦,乳) じゃがいも,あぶら ドレッシング(小麦)	キャベツ,にんじん,たまねぎ,セロリ,トマト,にんにく プロッコリー,カリフラワー,はくさい,きゅうり,コーン	
5	金	牛乳	ごはん マーボーだいこん カルデツあえ ムース	豚肉,鶏レバー,大豆,豆腐,みそ ひじき,かつおぶし 脱脂粉乳(乳)、牛乳	ごめ あぶら,ごまあぶら,でんぶん ドレッシング(小麦) 練乳(乳)水あめ,あぶら,クリーム(乳)	しょうが,にんにく,だいこん,にんじん,たけのこ,たまねぎ,にら 小麦	
8	月	牛乳	ごはん かきたまじる チンジャオロースー	たまご,こんぶ,豆腐 牛肉	ごめ てんぶん ごまあぶら,あぶら,さとう,でんぶん	にんじん,しいたけ,ねぎ たまねぎ,ピーマン,パブリカ,たけのこ,にんにく,しょうが	
9	火	牛乳	ひじきごはん さばのみぞれがけ あさりのすまじる	豚肉,油揚げ,かまぼこ,ひじき さば あさり,かまぼこ	ごめ,あぶら ごめ こまつな,はくさい,にんじん,しいたけ	オイスターーソース(貝類)	
10	水	牛乳	やさいそば ソーキつけ シーケンサー和え	かまぼこ 豚ソーキ ツナ,だいす	沖縄そば(小麦),あぶら,さとう さとう ごめ,さとう	にんにく,たまねぎ,にんじん,キャベツ,ねぎ,しょうが こまつな,だいこん,はくさい,シークヮーサー	
11	木	牛乳	ごはん デークニーンブシー キムチあえ バナナ	豚肉,あつあげ,みそ こんぶ,かつおぶし	ごめ あぶら,さとう さとう バナナ	だいこん,にんじん,こんにゃく,さやいんげん,にら もやし,はくさい バナナ	
12	金	牛乳	ごはん ビーフシチュー キャベツと枝豆のサラダ つくしスコーン	牛肉 ハム(卵,乳) 白いんげん豆、白花豆	ごめ じゃがいも,こむぎこ,バター(乳),生クリーミー(乳) ドレッシング(卵) こむぎこ,バター(乳),さとう,チョコ(乳)	たまねぎ,にんじん,しめじ,グリンピース,トマト,ローレル キャベツ,えだまめ,カリフラワー	小麦
15	月	牛乳	ごはん アーモンド冬瓜のスープ ちくせんに	ごはん アーモンド冬瓜のスープ 鶏肉,かまぼこ	ごめ どうがん,しょうが ごめ,さとう,あぶら	人参,たけのこ,ごぼう,れんこん,しいたけ,こんにゃく,いんげん	
16	火	牛乳	くずもち ピザトースト だいこんのうめサラダ	きな粉 無塩せきウインナー,チーズ(乳) ミニウインナー、無塩せきベーコン ちくわ,鶏肉	タピオカ粉,黒糖,さとう 食パン(小麦,乳),オリーブ油 じゃがいも さとう	たまねぎ,マッシュルーム,ピーマン にんじん,たまねぎ,キャベツ,プロッコリー,コーン,ローレル だいこん,にんじん,こまつな,うめ	小麦
17	水	牛乳	からしなチャーハン にくだんごスープ とりにのねぎみそやき	豚肉,無塩せきベーコン,たまご ミートボール 鶏肉,みそ	ごめ,もちきび,あぶら,ごまあぶら ごめ ごめ	にんじん,たけのこ,からしな,にんにく,しょうが どうがん,にんじん,こまつな,えのきだけ,こんにゃく寒天,しょうが しょうが,ながねぎ,ウージパウダー	
18	木	牛乳	ごはん イナムドウチ タマーナーチャンブルー あさりのつくだに	豚肉,かまぼこ,みそ 豚肉,無添加ハム,豆腐 あさり	ごめ あぶら,さとう あぶら さとう,あぶら	しいたけ,こんにゃく にんじん,キャベツ,こまつな,にんにく ごぼう,しょうが	
19	金	牛乳	ごはん そぼろどん(内そぼろ) そぼろどん(いりたまご) 春雨スープ くだもの(りんご)	豚肉,大豆 たまご 鶏肉	ごめ あぶら,さとう あぶら 春雨	にんじん,さやいんげん,しょうが にんじん,チングンサイ,しいたけ りんご	
22	月	牛乳	トウンジーシューレー さかなじる おかあえ みかん	豚肉、かまぼこ 赤魚,みそ かつおぶし 	ごめ,里芋,あぶら だいこん,人参,こんにゃく,ながねぎ,こまつな,しょうが,にんにく はくさい,きゅうり みかん	にんじん,しいたけ,ねぎ だいこん,人参,こんにゃく,ながねぎ,こまつな,しょうが,にんにく はくさい,きゅうり みかん	
23	火	牛乳	ジャージャーメン ナムル ももまんじゅう	豚肉,大豆,みそ 中華麺(小麦)ごまあぶら,さとう,でんぶん ごまあぶら,さとう,ごま	ごめ 中華麺(小麦)ごまあぶら,さとう,でんぶん ごまあぶら,さとう,ごま	にんじん,たけのこ,ながねぎ,しょうが,にんにく こまつな,もやし,にんじん,きくらげ,にんにく,しょうが	小麦
24	水	牛乳	ごはん しまにんじんと豚肉の汁 パパイヤリチー	ごはん 豚肉,こんぶ かまぼこ,ツナ	ごめ あぶら あぶら	だいこん,島ニンジン,チングンサイ,しょうが パパイヤ,にんじん,にら	
25	木	牛乳	ごはん ハヤシライス ビーンズサラダ 鶏肉のコーンフレーク焼き クリスマスケーキ	豚肉 米粉,バター(乳) 無添加ハム,ひよこ豆、青えんどう豆、赤いんげん豆、チーズ(乳) あぶら,コーンフレーク 乳、たまご	ごめ 米粉,バター(乳) ドレッシング(小麦) あぶら,コーンフレーク 油、水あめ,砂糖,こむぎこ,でんぶん	にんじん,たまねぎ,グリンピース,マッシュルーム,ウージパウダー キャベツ,きゅうり,コーン にんじん,たまねぎ,グリンピース,マッシュルーム,ウージパウダー	小麦
1/6	火	牛乳	くろまいごはん なかみじる クーピーリチー	豚肉、豚なかみ 豚肉、かまぼこ、こんぶ	ごめ, 黒米 あぶら, さとう	しいたけ,こんにゃく,しょうが 切干大根,にんじん,こんにゃく みかん	
1/7	水	牛乳	げんまいごはん 県産ズッキーニいりカレー フルーツヨーグルト	ごはん 鶏肉、鶏レバー、白インゲン豆、白花豆 ヨーグルト(乳)	ごめ,玄米 じやがいも、バター(乳)、小麦粉、油 さとう	にんじん,たまねぎ,ほうれんそう、ズッキーニ,にんにく パイン缶、みかん缶、黄桃缶、バナナ、レモン	小麦