

令和7年11月 詳細献立表（アレルギー） 那覇市立松島小学校 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	E=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
基準量	650 Kcal	21.1~32.5 g	14.4~21.7g

表示義務(特定原材料)8品目	その他
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
※ 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があります。 ※ 給食で使用するもずくやアーサ、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 もとなる食品	(きいろ) おもにエネルギーの もとなる食品	(みどり) おもに体の調子を 整えるもとなる食品	調味料由来
4	火	 ごはん アーサーいゆしどうふ フータシヤー てづくりつくだに わかめごはん 豚汁 さかなのはなぞのやき バナナ	ゆし豆腐、アーサ 麩(小麦)、たまご、ツナ カタクチイワシ、ひじき わかめ 豚肉、みそ 赤魚、チーズ(乳)	こめ あぶら ごま、砂糖 ごま、砂糖 こめ さといも、ごまあぶら たまごなしマヨネーズ	にんじん、キャベツ、にら だいこん、ごぼう、にんじん、ながねぎ、しいたけ、しょうが パプリカ、ピーマン、たまねぎ バナナ	
5	水	 オムライス(チキンライス) オムライス(たまごやき) コンソメスープ ひじきのごまサラダ ピーマン炒め 豚しゃぶサラダ 米粉のかぼちゃドーナツ	鶏肉 たまご 無塩せきベーコン ひじき、鶏肉 豚肉、無塩せきベーコン 豚肉 みそ	こめ、バター(乳) あぶら、でんぶ ごま、砂糖 ごま、砂糖 ピーマン、あぶら、ごまあぶら 砂糖、ごま 米粉、コーンスターチ、砂糖、あぶら、 ベーキングパウダー	たまねぎ、にんじん、ピーマン、マッシュルーム、 グリーンピース、にんにく とうがん、キャベツ、セロリ、コーン、パセリ にんじん、ほうきさい もやし、にんじん、キャベツ、ピーマン、たまねぎ、き くらげ、にんにく キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン かぼちゃ	わかめごはん素(砂糖) 小麦
6	木	 ぎゅうにくスタミナピラフ 魚のバジル焼き アーモンドあえ	牛肉 ホキ、チーズ(乳) 鶏肉	こめ、あぶら、バター(乳) オリーブ油 アーモンド、さとう	たまねぎ、にんじん、ピーマン、コーン、マッ シュルーム、にんにく バジル ごまつな、もやし	
7	金	 ごはん スンシーイリチー 冬瓜ともずくの汁 みかん	豚肉、かまぼこ もずく、はんぺん	こめ あぶら ごま あぶら、じゃがいも、さとう あぶら、でんぶ、砂糖 砂糖 もち、さつまいも、砂糖 こむぎこ、あぶら、砂糖 紅芋、じゃがいも、あぶら、バター (乳)、こむぎこ、生クリーム(乳)	スンシー(たけのこ)、こんにやく、にんじん、しい たけ とうがん、ほうきさい、しょうが みかん だいこん、にんじん、たまねぎ、キャベツ、ごまつな、 きくらげ、にんにく、しょうが	
10	月	 ごはん 大根の中華炒め 青のりポテトビーンズ ミルクココア	豚肉、あつあげ、なると 大豆、青のり 鶏肉	こめ あぶら、ごまあぶら、さとう じゃがいも、米粉、でんぶ、あぶら 砂糖、ココア こめ あぶら、じゃがいも、さとう あぶら、でんぶ、砂糖 砂糖 もち、さつまいも、砂糖 こむぎこ、あぶら、砂糖 紅芋、じゃがいも、あぶら、バター (乳)、こむぎこ、生クリーム(乳)	たまねぎ、にんじん、ピーマン、コーン、マッ シュルーム、にんにく バジル ごまつな、もやし スンシー(たけのこ)、こんにやく、にんじん、しい たけ とうがん、ほうきさい、しょうが みかん だいこん、にんじん、たまねぎ、キャベツ、ごまつな、 きくらげ、にんにく、しょうが	乳
11	火	 ごはん 千草焼き なっとう きんどんもち	豚肉 たまご、鶏肉、チーズ(乳) なっとう、のり、こんぶ 白いんげんまめ、白花豆	こめ あぶら、じゃがいも、さとう あぶら、でんぶ、砂糖 砂糖 もち、さつまいも、砂糖 こむぎこ、あぶら、砂糖 紅芋、じゃがいも、あぶら、バター (乳)、こむぎこ、生クリーム(乳)	にんじん、たまねぎ、こんにやく、網さや たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、しいたけ うめ たまねぎ、レモン、ウージパウダー たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、トマト にんじん、ごぼう、しいたけ、ねぎ ごまつな、にんじん にんじん、たまねぎ、ピーマン きくらげ、にんじん、ごまつな、ほうきさい にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、たけのこ、 こんにやく寒天、にんにく	
12	水	 ごはん 千草焼き なっとう きんどんもち	豚肉 たまご、鶏肉、チーズ(乳) なっとう、のり、こんぶ 白いんげんまめ、白花豆	こめ あぶら、じゃがいも、さとう あぶら、でんぶ、砂糖 砂糖 もち、さつまいも、砂糖 こむぎこ、あぶら、砂糖 紅芋、じゃがいも、あぶら、バター (乳)、こむぎこ、生クリーム(乳)	にんじん、たまねぎ、こんにやく、網さや たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、しいたけ うめ たまねぎ、レモン、ウージパウダー たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、トマト にんじん、ごぼう、しいたけ、ねぎ ごまつな、にんじん にんじん、たまねぎ、ピーマン きくらげ、にんじん、ごまつな、ほうきさい にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、たけのこ、 こんにやく寒天、にんにく	
13	木	 ごはん 千草焼き なっとう きんどんもち	豚肉 たまご、鶏肉、チーズ(乳) なっとう、のり、こんぶ 白いんげんまめ、白花豆	こめ あぶら、じゃがいも、さとう あぶら、でんぶ、砂糖 砂糖 もち、さつまいも、砂糖 こむぎこ、あぶら、砂糖 紅芋、じゃがいも、あぶら、バター (乳)、こむぎこ、生クリーム(乳)	にんじん、たまねぎ、こんにやく、網さや たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、しいたけ うめ たまねぎ、レモン、ウージパウダー たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、トマト にんじん、ごぼう、しいたけ、ねぎ ごまつな、にんじん にんじん、たまねぎ、ピーマン きくらげ、にんじん、ごまつな、ほうきさい にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、たけのこ、 こんにやく寒天、にんにく	
14	金	 ごはん 千草焼き なっとう きんどんもち	豚肉 たまご、鶏肉、チーズ(乳) なっとう、のり、こんぶ 白いんげんまめ、白花豆	こめ あぶら、じゃがいも、さとう あぶら、でんぶ、砂糖 砂糖 もち、さつまいも、砂糖 こむぎこ、あぶら、砂糖 紅芋、じゃがいも、あぶら、バター (乳)、こむぎこ、生クリーム(乳)	にんじん、たまねぎ、こんにやく、網さや たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、しいたけ うめ たまねぎ、レモン、ウージパウダー たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、トマト にんじん、ごぼう、しいたけ、ねぎ ごまつな、にんじん にんじん、たまねぎ、ピーマン きくらげ、にんじん、ごまつな、ほうきさい にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、たけのこ、 こんにやく寒天、にんにく	
17	月	 ごはん 千草焼き なっとう きんどんもち	豚肉 たまご、鶏肉、チーズ(乳) なっとう、のり、こんぶ 白いんげんまめ、白花豆	こめ あぶら、じゃがいも、さとう あぶら、でんぶ、砂糖 砂糖 もち、さつまいも、砂糖 こむぎこ、あぶら、砂糖 紅芋、じゃがいも、あぶら、バター (乳)、こむぎこ、生クリーム(乳)	にんじん、たまねぎ、こんにやく、網さや たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、しいたけ うめ たまねぎ、レモン、ウージパウダー たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、トマト にんじん、ごぼう、しいたけ、ねぎ ごまつな、にんじん にんじん、たまねぎ、ピーマン きくらげ、にんじん、ごまつな、ほうきさい にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、たけのこ、 こんにやく寒天、にんにく	
18	火	 ごはん 千草焼き なっとう きんどんもち	豚肉 たまご、鶏肉、チーズ(乳) なっとう、のり、こんぶ 白いんげんまめ、白花豆	こめ あぶら、じゃがいも、さとう あぶら、でんぶ、砂糖 砂糖 もち、さつまいも、砂糖 こむぎこ、あぶら、砂糖 紅芋、じゃがいも、あぶら、バター (乳)、こむぎこ、生クリーム(乳)	にんじん、たまねぎ、こんにやく、網さや たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、しいたけ うめ たまねぎ、レモン、ウージパウダー たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、トマト にんじん、ごぼう、しいたけ、ねぎ ごまつな、にんじん にんじん、たまねぎ、ピーマン きくらげ、にんじん、ごまつな、ほうきさい にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、たけのこ、 こんにやく寒天、にんにく	
19	水	 ごはん 千草焼き なっとう きんどんもち	豚肉 たまご、鶏肉、チーズ(乳) なっとう、のり、こんぶ 白いんげんまめ、白花豆	こめ あぶら、じゃがいも、さとう あぶら、でんぶ、砂糖 砂糖 もち、さつまいも、砂糖 こむぎこ、あぶら、砂糖 紅芋、じゃがいも、あぶら、バター (乳)、こむぎこ、生クリーム(乳)	にんじん、たまねぎ、こんにやく、網さや たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、しいたけ うめ たまねぎ、レモン、ウージパウダー たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、トマト にんじん、ごぼう、しいたけ、ねぎ ごまつな、にんじん にんじん、たまねぎ、ピーマン きくらげ、にんじん、ごまつな、ほうきさい にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、たけのこ、 こんにやく寒天、にんにく	
20	木	 ごはん 千草焼き なっとう きんどんもち	豚肉 たまご、鶏肉、チーズ(乳) なっとう、のり、こんぶ 白いんげんまめ、白花豆	こめ あぶら、じゃがいも、さとう あぶら、でんぶ、砂糖 砂糖 もち、さつまいも、砂糖 こむぎこ、あぶら、砂糖 紅芋、じゃがいも、あぶら、バター (乳)、こむぎこ、生クリーム(乳)	にんじん、たまねぎ、こんにやく、網さや たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、しいたけ うめ たまねぎ、レモン、ウージパウダー たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、トマト にんじん、ごぼう、しいたけ、ねぎ ごまつな、にんじん にんじん、たまねぎ、ピーマン きくらげ、にんじん、ごまつな、ほうきさい にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、たけのこ、 こんにやく寒天、にんにく	
21	金	 ごはん 千草焼き なっとう きんどんもち	豚肉 たまご、鶏肉、チーズ(乳) なっとう、のり、こんぶ 白いんげんまめ、白花豆	こめ あぶら、じゃがいも、さとう あぶら、でんぶ、砂糖 砂糖 もち、さつまいも、砂糖 こむぎこ、あぶら、砂糖 紅芋、じゃがいも、あぶら、バター (乳)、こむぎこ、生クリーム(乳)	にんじん、たまねぎ、こんにやく、網さや たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、しいたけ うめ たまねぎ、レモン、ウージパウダー たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、トマト にんじん、ごぼう、しいたけ、ねぎ ごまつな、にんじん にんじん、たまねぎ、ピーマン きくらげ、にんじん、ごまつな、ほうきさい にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、たけのこ、 こんにやく寒天、にんにく	
25	火	 ごはん 千草焼き なっとう きんどんもち	豚肉 たまご、鶏肉、チーズ(乳) なっとう、のり、こんぶ 白いんげんまめ、白花豆	こめ あぶら、じゃがいも、さとう あぶら、でんぶ、砂糖 砂糖 もち、さつまいも、砂糖 こむぎこ、あぶら、砂糖 紅芋、じゃがいも、あぶら、バター (乳)、こむぎこ、生クリーム(乳)	にんじん、たまねぎ、こんにやく、網さや たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、しいたけ うめ たまねぎ、レモン、ウージパウダー たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、トマト にんじん、ごぼう、しいたけ、ねぎ ごまつな、にんじん にんじん、たまねぎ、ピーマン きくらげ、にんじん、ごまつな、ほうきさい にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、たけのこ、 こんにやく寒天、にんにく	ゆかり(砂糖)
26	水	 ごはん 千草焼き なっとう きんどんもち	豚肉 たまご、鶏肉、チーズ(乳) なっとう、のり、こんぶ 白いんげんまめ、白花豆	こめ あぶら、じゃがいも、さとう あぶら、でんぶ、砂糖 砂糖 もち、さつまいも、砂糖 こむぎこ、あぶら、砂糖 紅芋、じゃがいも、あぶら、バター (乳)、こむぎこ、生クリーム(乳)	にんじん、たまねぎ、こんにやく、網さや たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、しいたけ うめ たまねぎ、レモン、ウージパウダー たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、トマト にんじん、ごぼう、しいたけ、ねぎ ごまつな、にんじん にんじん、たまねぎ、ピーマン きくらげ、にんじん、ごまつな、ほうきさい にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、たけのこ、 こんにやく寒天、にんにく	小麦
27	木	 ごはん 千草焼き なっとう きんどんもち	豚肉 たまご、鶏肉、チーズ(乳) なっとう、のり、こんぶ 白いんげんまめ、白花豆	こめ あぶら、じゃがいも、さとう あぶら、でんぶ、砂糖 砂糖 もち、さつまいも、砂糖 こむぎこ、あぶら、砂糖 紅芋、じゃがいも、あぶら、バター (乳)、こむぎこ、生クリーム(乳)	にんじん、たまねぎ、こんにやく、網さや たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、しいたけ うめ たまねぎ、レモン、ウージパウダー たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、トマト にんじん、ごぼう、しいたけ、ねぎ ごまつな、にんじん にんじん、たまねぎ、ピーマン きくらげ、にんじん、ごまつな、ほうきさい にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、たけのこ、 こんにやく寒天、にんにく	ベーキングパウダー
28	金	 ごはん 千草焼き なっとう きんどんもち	豚肉 たまご、鶏肉、チーズ(乳) なっとう、のり、こんぶ 白いんげんまめ、白花豆	こめ あぶら、じゃがいも、さとう あぶら、でんぶ、砂糖 砂糖 もち、さつまいも、砂糖 こむぎこ、あぶら、砂糖 紅芋、じゃがいも、あぶら、バター (乳)、こむぎこ、生クリーム(乳)	にんじん、たまねぎ、こんにやく、網さや たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、しいたけ うめ たまねぎ、レモン、ウージパウダー たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、トマト にんじん、ごぼう、しいたけ、ねぎ ごまつな、にんじん にんじん、たまねぎ、ピーマン きくらげ、にんじん、ごまつな、ほうきさい にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、たけのこ、 こんにやく寒天、にんにく	