

令和7年10月 詳細献立表(アレルギー)

那覇市立真嘉比小学校 917-3473

※「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。

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		魚、いか、たこ、貝類、木の実類(カシューナッツ・アーモンド・マカダミアナッツ等)、山芋
※ 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
1	水	 おぎごはん どりだいのみのみに やさいのめマヨあえ なし	とり肉、あつあげ、みそ とり肉	米、麦 油、さとう 卵なしマヨネーズ、さとう、ごま	だいこん、にんじん、こんにゃく、いんげん、しいたけ、にんにく キャベツ、きゅうり、ゴーヤー、れんこん、うめ、しそ なし	
2	木	 ふきよごはん あんかけとうふハンバーグ パパイヤあますあえ マーコットオレンジ	とり肉、油あげ ハンバーグ とり肉	米、くり、油 さとう、でん粉 さとう、ごま	にんじん、ごぼう、しいたけ、まいたけ、しめじ、えだまめ たまねぎ、ねぎ、しょうが パパイヤ、きゅうり、にんじん、レモン マーコットオレンジ	
3	金	 おぎごはん もずくのねばとろじる さんまのかばやき にんじんシリシリ	もずく、とうふ さんま(魚) ポーク、たまご	米、麦 米粉、油、さとう、でん粉 油	えのきたけ、オクラ、なめこ、長ねぎ、しょうが しょうが にんじん、いんげん	
6	月	 ゆかりごはん おつきみじる くるまふナゲット こまつなのおひたし おつきみだいふく	とり肉、みそ とり肉、ふ(小麦) 油あげ いんげんまめ、とうにゅう	米、さとう さといも 油 さとう さとう、米粉、さつまいも、でん粉	しそ だいこん、にんじん、しめじ、長ねぎ にんにく 小松菜、はくさい、えのきたけ	
7	火	 コントースト コンソメスープ はなやさいサラダ	ツナ(魚)、チーズ(乳) とり肉	食パン(小麦・乳)、卵なしマヨネーズ じゃがいも ドレッシング(小麦)	たまねぎ、コーン、パセリ たまねぎ、にんじん、セロリー、しめじ ブロッコリー、カリフラワー、キャベツ、赤ピーマン	
8	水	 おぎごはん ちゃんぽんふうスープ どりにくとやさいのごまいため りんご	イカ、えび、あさり、なると(魚)、ぶた肉、とうにゅう とり肉	米、麦 ごま油、さとう、ごま、でん粉	キャベツ、もやし、にんじん、コーン、きくらげ、しいたけ、しょうが だいこん、にんじん、ごぼう、チンゲンサイ りんご	
9	木	 キャベツのわふうスパゲティ てりやきつくね さつまいもとおまめのサラダ	ぶた肉、ベーコン、のり とり肉、だいず ひよこまめ、えんどうまめ、いんげんまめ	スパゲティ(小麦)、油 パン粉(小麦)、でん粉、油、発芽玄米、さとう さつまいも、べにいも、卵なしマヨネーズ、さとう	キャベツ、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、しめじ、にんにく たまねぎ、にんにく きゅうり	
10	金	 麦ごはん まぐろdeキーマカレー きのこスープ てづくりバナナケーキ ＊アレルギー対応食材 (バナナケーキ)	まぐろ(魚)、ぶたレバー、だいず たまご とうにゅう、だいず	米、麦 小麦粉、乳なしマーガリン 小麦粉、乳なしマーガリン、さとう さとう、米粉、油、でん粉	にんにく、しょうが、たまねぎ、にんじん、ピーマン、コーン とうがんと、小松菜、しいたけ、しめじ、えのきたけ バナナ バナナ	

あきやすみ

20	月	 どうにゅうリゾット ケチャップミートボール あおじそサラダ クリームだいふく	とり肉、ウインナー、しろういんげんまめ、とうにゅう、みそ にくだんご わかめ とうにゅう、だいず	米、乳なしマーガリン さとう、でん粉 ドレッシング(小麦) 油、さとう、でん粉、もち粉、上新粉	にんにく、たまねぎ、にんじん、しめじ、コーン、パセリ たまねぎ、パセリ ブロッコリー、きゅうり、赤ピーマン、れんこん	小麦
21	火	 おぎごはん とうがんのすりがしじる あかうおのごまそやき とうふチャンブルー		米、麦 でん粉 さとう、ごま 油	とうがんと、にんじん、ねぎ、しょうが キャベツ、たまねぎ、にんじん	
22	水	 すきやきうどん やきぐりクロquette カルフィッシュ	きゅう肉、とうふ	うどん(小麦)、油、さとう じゃがいも、くり、さつまいも、油、パン粉(小麦)、小麦粉、コーンフラワー、でん粉 でん粉、さとう、米粉	はくさい、にんじん、長ねぎ、ほうれん草、えのきたけ、しいたけ	
23	木	 きぬがさどん(おぎごはん) 〃 (ぐ) アーサのみそしる かき	油あげ、とり肉、たまご アーサ、みそ	米、麦 さとう、でん粉	たまねぎ、にんじん、長ねぎ とうがんと、えのきたけ、ねぎ かき	
24	金	 カツカレー(おぎごはん) 〃 (カレー) 〃 (カツ) こうはくサラダ ミルク	とり肉、ぶたレバー、だいず ぶた肉、大豆 かまぼこ(魚) だいず	米、麦 じゃがいも、油、小麦粉、乳なしマーガリン パン粉(小麦)、でん粉、油 ドレッシング(小麦)、ごま さとう、ココア	たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく、トマト カリフラワー、はくさい、赤ピーマン	小麦
28	火	 もちきびごはん まめまめみそしる ぶたにくのねぎしおいため おつかれもんゼリー	青大豆、とうふ、大豆、豆乳、みそ ぶた肉	米、きび じゃがいも ごま油、ごま さとう	みずな キャベツ、たまねぎ、にんじん、長ねぎ、しめじ、にんにく レモン	
29	水	 おぎごはん クーリジシ きびなごあおさフライ ごまみそあえ オレンジ	ぶた肉、たまご きびなご(魚)、アーサ みそ	米、麦 パン粉(小麦)、小麦粉、油 さとう、ごま	しいたけ、とうがんと、こんにゃく たまねぎ キャベツ、にんじん、きゅうり、エリンギ オレンジ	
30	木	 おぎごはん キャベツとコーンのみそしる どりのマスタードやき アーモンドあえ	みそ とり肉、みそ	米、麦 乳なしマーガリン 卵なしマヨネーズ アーモンド、さとう	キャベツ、もやし、コーン、ねぎ 小松菜、はくさい、にんじん	
31	金	 なかよしパン まじよのスープ まっかなソーセージ ハロウィンサラダ パンパンキンパバロア	脱脂粉乳(乳) とり肉、ひよこまめ、とうにゅう ウインナー	小麦粉、さとう、油 じゃがいも、紅芋、小麦粉、乳なしマーガリン 油、さとう、でん粉 ドレッシング、卵なしマヨネーズ、さとう さとう、油、でん粉	たまねぎ、にんじん、パセリ たまねぎ、にんにく、トマト キャベツ、むらさきキャベツ、にんじん、コーン かぼちゃ	小麦