

令和8年1月

詳細献立表(アレルギー)

那霸市立真嘉比小学校 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
卵、乳、小むぎ、落花生(ピーナツ)、えび、そば、かに、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「小むぎ」は表示しておりませんが、微量の小むぎ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。			
※ むきみは、表示義務の経過措置期間が2025年3月31日までとされているため、把握できる範囲にて表示しています。			

日	曜日	こんだて	(あか) おもに体をつくる もどになる食品	(きいろ) おもにエネルギーの もどになる食品	(みどり) おもに体の調子を 整えるもどになる食品	調味料由来
6	火	牛乳 くろまいごはん なかみじる とりのシーカーサーミそ焼き ウサチ チョコレープ	ぶたにく、ぶたなかも とりにく、みそ とうふ どうにゅう、だいすこ	こめ、くろまい さとう ごまあぶら、さとう、ごま あぶら、さとう、ごめ、ココア、でんぶん	しいたけ、こんにゃく、しうが シーカーサー だいこん、きゅうり、にんじん	
7	水	牛乳 うちなーなくさがゆ くるまふナゲット クーブリチー ^チ ちゅうかボデト	とりにく、ふ(小麦) ぶたにく、こんぶ	こめ あぶら あぶら、さとう さつまいも、ごま、あぶら、さとう	しまにんじん、だいこん、だいこんば、こまつな、 からしな、さんどうさい、チンゲンサイ にんにく きりぼしだいこん、こんにゃく	小麦
8	木	牛乳 もちひごはん ちゅうか風コーンスープ しゅまい チンジャオロース	とりにく、どうふ、たまご とりにく、ぶたにく、だいすこ ぶたにく	ごまあぶら、でんぶん あぶら、てんじん、パンこ(小麦)、さとう、こむぎこ あぶら、さとう、でんぶん	きくらげ、たまねぎ、ねぎ、コーン どうもろこし、にんじん、たまねぎ、ほうれんそう、しうが ビーマン、あかビーマン、たけのこ、にんにく、しうが	
9	金	牛乳 ホットドッグ(コッペパン) ホットドッグ(具) ホットドッグ(ケチャップ) キャロットスープ りんご	脱脂粉乳(乳) ワイン(小麦) トマト じゃがいも、こむぎこ、乳なしマーガリン にんじん	あぶら さとう、ドレッシング さとう じやがいも、こむぎこ、乳なしマーガリン	キャベツ、きゅうり トマト、たまねぎ にんじん、たまねぎ、パセリ りんご	小麦
13	火	牛乳 あおなごはん おぞうに ちぐさきや ＊アレルギー対応食材 (れんこんくくね) いんげんのごまあえ	とりにく、みそ たまご、とりにく、チーズ(乳) とりにく、だいすこ	こめ、さとう あぶら、さとう、でんぶん パンこ(小麦)、でんぶん、さとう、あぶら ごま、さとう	だいこんば、しそ だいこん、にんじん、こまつな、しげたけ、ながねぎ たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、しげたけ たまねぎ、れんこん、しうが いんげん、キャベツ、きゅうり	
14	水	牛乳 むぎごはん 洋風みそ汁 魚のバジル焼き あおなとひじきのサラダ	ベーコン、みそ、どうにゅう さば(魚) ひじき、とりにく	じやがいも、乳なしマーガリン あぶら 卵なしマヨネーズ、さとう	たまねぎ、はくさい、トマト、アスパラガス にんにく、バジル こまつな、キャベツ	
15	木	牛乳 むぎごはん ブルコギどん(具) ワンタンスープ ベストプリン	ぎゅうにく ワンタン(小麦) ひじき	あぶら、さとう、でんぶん、ごま ごまあぶら さとう、あぶら、でんぶん	しめじ、たまねぎ、にんじん、もやし、にんにく、しうが チングンサイ、ながねぎ、えのきだけ	
16	金	牛乳 みそ煮込みうどん かぼちゃのあまから みかん	ぶたにく、あぶらあげ、みそ あぶら、さとう、でんぶん、ごま	うどん(小麦)、あぶら あぶら、さとう、でんぶん、ごま	たまねぎ、はくさい、にんじん、チングンサイ、ながねぎ、 しげたけ かぼちゃ みかん	
19	月	牛乳 むぎごはん タコライス(具) レタスのスープ ふわっついちご	ぎゅうにく、ぶたにく、ぶたレバー、 だいすこ、チーズ(乳) とりにく、かんでん、どうふ どうにゅう	あぶら、さとう、でんぶん レタス、にんじん、しげたけ さとう、でんぶん、もちこ、あぶら	たまねぎ、トマト、にんにく、キャベツ レタス、にんじん、しげたけ いちご、こんにゃく	
20	火	牛乳 むぎごはん つくね汁 さんま甘露煮 こまつなごまよごし	つくね さんま(魚)	こめ、むぎ さとう、でんぶん ごま、さとう	キャベツ、にんじん、ごぼう、ながねぎ、しげたけ	
21	水	牛乳 黒糖パン 白花豆のスープ トマトミートオムレツ ＊アレルギー対応食材 (ハンバーグ) たんかんサラダ	しぶはなまめ、しろいんげんまめ、 とりにく、どうにゅう たまご、とりにく ぶたにく、とりにく、だいすこ	あぶら、こくとう、こむぎこ じやがいも、あぶら、こむぎこ、乳なしマーガリン あぶら、でんぶん あぶら、でんぶん	たまねぎ、にんじん、バセリ たまねぎ、トマト たまねぎ	小麦
22	木	牛乳 キムチチャーハン はるまき チヨギキサラダ フレーツ杏仁	ぶたにく ぶたにく、だいすこ わかめ、のり ぶたにく	こめ、あぶら、ごまあぶら じゆごこ、あぶら、さとう、でんぶん、はるまき ごま、さとう、ごまあぶら じゆごこゼリー	たまねぎ、にんじん、にら、はくさいキムチ(小麦) キャベツ、にんじん、たまねぎ、しげたけ、しうが キャベツ、きゅうり、ながねぎ、にんにく みかん、おうとう、パイナップル	
23	金	牛乳 むぎごはん しまやさいカレー かいそうどうもやしのサラダ ミルメーク(ココア)	ぶたにく、ぶたレバー かまぼこ(魚)、くきわかめ、こんぶ、あおつのまた、 あかつのまた、しきりんさい、わかめ	じやがいも、あぶら、こむぎこ、乳なしマーガリン ごま、ドレッシング(小麦)	たまねぎ、しまにんじん、どうがん、ハンダマ、いんげん、 エリンギ、にんにく、トマト もやし、きゅうり、にんじん	小麦
26	月	牛乳 やさいそば(めん・スープ) やさいそば(やさいいため) マグロのてんぶら たんかん	ぶたにく まぐろ(魚)	おきなわそば(小麦) あぶら ごむぎこ、卵なしマヨネーズ、あぶら	キャベツ、にんじん、バクチヨイ、もやし たんかん	
27	火	牛乳 むぎごはん 島大根のつけ ミニガーナえもの てづくりムーチー	ぶたにく、あつあげ、こんぶ ミニガーナ(ぶたのみみ)、みそ とうふ、とりにく、みそ	こめ、むぎ さとう、あぶら さとう、ごま	にんにく、しまだいこん、しまにんじん、いんげん きゅうり、もやし	
28	水	牛乳 むぎごはん イナムドウチ ミヌダル チデーキニイチー	ぶたにく、かまぼこ(魚)、あぶらあげ、みそ ぶたにく とうふ、とりにく、みそ	こめ、むぎ ごま、さとう あぶら、さとう	しげたけ、こんにゃく しょうが しまにんじん、たまねぎ、にんにくば、こんにゃく、にんにく	
29	木	牛乳 クファジューシー チムシンジ スヌー ^チ てづくりちんこう	ぶたにく ぶたにく、ぶたレバー、みそ とうふ、とりにく、みそ	こめ、あぶら ごま、さとう あぶら、さとう	しげたけ、にんじん、ねぎ だいこん、しまにんじん、にら、にんにく こまつな、にんじん	
30	金	牛乳 むぎごはん ソーキのおつゆ ゴーヤーチャンプルー べにいもだいふく	ぶたにく、こんぶ ぶたにく、とうふ、たまご べにいも	こめ、むぎ あぶら べにいも、もちこ、しらたまこ、ごま、さとう、あぶら	どうがん、にんじん、こまつな、しうが ゴーヤー、たまねぎ、にんじん べにいも	