







令和8年1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
卵、乳、小むぎ、落花生(ピーナッツ)、えび、そば、かに、くるみ		魚、いか、たこ、貝類、木の实類(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。		
※ 給食で使用するもずくやアサリ、チリメンなどにエビ・カニが混ざる可能性があります。		
※ くるみは、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
6	火	 くらまいごはん なかみじる どりのシークワサーミを焼き ウサチ チョコクレープ	ぶたにく、ぶたなかみ どりにく、みそ どうにゅう、だいずこ	こめ、くらまい さとう ごまあぶら、さとう、ごま あぶら、さとう、こめこ、ココア、てんぶん	しいたけ、こんにやく、しょうが シークワサー だいこん、きゅうり、にんじん	
7	水	 うちなななくさがゆ くるまふナゲット クープイリチー ちゅうかボテト もちきびごはん ちゅうか風コンスープ しゅうまい チンジャオロース	どりにく、ふ(小麦) クープイリチー ぶたにく、こんぶ ちゅうかボテト もちきびごはん ちゅうか風コンスープ しゅうまい チンジャオロース	こめ あぶら あぶら、さとう さつまいも、ごま、あぶら、さとう こめ、きび ごまあぶら、てんぶん	しまにんじん、だいこん、だいこんば、こまつな、 からしな、さんとうさい、チンゲンサイ にんにく きりぼしだいこん、こんにやく	小麦
8	木	 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	どりにく、どうふ、たまご どりにく、ぶたにく、だいず ぶたにく 脱脂粉乳(乳) ワインナー(小麦) キャロットスープ どりにく、しろいんげんまめ、どうにゅう りんご	こめ、さび ごまあぶら、てんぶん あぶら、でんぶん、パンこ(小麦)、さとう、こむぎこ あぶら、さとう、でんぶん さとう、ドレッシング さとう じゃがいも、こむぎこ、乳なしマーガリン	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、しょうが ピーマン、あかピーマン、たけのこ、にんにく、しょうが	
9	金	 おおなごはん おそうに ちくさやき ※アレルギー対応食材 (れんこんつくね) いんげんのごまあえ	どりにく、みそ たまご、どりにく、チーズ(乳) どりにく、だいず	こめ、さとう しらたまだんご、さといも 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	たいごんば、しそ だいこん、にんじん、こまつな、しいたけ、ながねぎ たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、しいたけ たまねぎ、れんこん、しょうが	小麦
13	火	 おおなごはん おそうに ちくさやき ※アレルギー対応食材 (れんこんつくね) いんげんのごまあえ	どりにく、みそ たまご、どりにく、チーズ(乳) どりにく、だいず	こめ、さとう しらたまだんご、さといも 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	たいごんば、しそ だいこん、にんじん、こまつな、しいたけ、ながねぎ たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、しいたけ たまねぎ、れんこん、しょうが	小麦
14	水	 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) あおなとひじきのサラダ	じゃがいも、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	 おおなごはん 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 ぎゅうにく ワンタンスープ ベストプリン	こめ、おぎ 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、にら、にんにく、しょうが チンゲンサイ、ながねぎ、えのきたけ	
16	金	 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	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、チンゲンサイ、ながねぎ、 しいたけ かぼちゃ みかん	
19	月	 おおなごはん タコライス(具) レタスのスープ ふわっといちご	ぎゅうにく、ぶたにく、ぶたレバー、 だいず、チーズ(乳) どりにく、かんてん、どうふ どうにゅう	こめ、おぎ あぶら、さとう、でんぶん 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、しいたけ いちご、こんにやくこ	
20	火	 おおなごはん つくね汁 さんま甘露煮 こまつなのごまよし	つくね さんま(魚) こまつなのごまよし	こめ、おぎ 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、しいたけ こまつな、はくさい	
21	水	 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	脱脂粉乳(乳) しろはなまめ、しろいんげんまめ、 どりにく、どうにゅう たまご、どりにく ぶたにく、どりにく、だいず	あぶら、こくどう、こむぎこ じゃがいも、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、パセリ たまねぎ、トマト たまねぎ	小麦
22	木	 キムチチャーハン はるまき チョレギサラダ フルーツ杏仁	ぶたにく ぶたにく、だいず わかめ、のり	こめ、あぶら、ごまあぶら こむぎこ、あぶら、さとう、でんぶん、はるまき ごま、さとう、ごまあぶら どうにゅうゼリー	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、しいたけ、しょうが 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	 おおなごはん しまやさいカレー かいそうともやしのサラダ 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、しろきりんさい、わかめ	こめ、おぎ じゃがいも、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) さとう、ココア	たまねぎ、しまにんじん、とうがん、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	 やさいそば(めん・スープ) やさいそば(やさいいため) マグロのてんぷら たんかん	ぶたにく まぐろ(魚)	おきなわそば(小麦) あぶら こむぎこ、卵なしマヨネーズ、あぶら	キャベツ、にんじん、パクチョイ、もやし たんかん	
27	火	 おおなごはん 島大根のにつけ ミニガーのあえもの てづくりムーチー	ぶたにく、あつあげ、こんぶ ミニガー(ぶたのみみ)、みそ てづくりムーチー	こめ、おぎ さとう、あぶら さとう、ごま もちこ、べにいも、さとう	こんにやく、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	 おおなごはん イナムドゥチ ミヌダル チヂークニイリチー	ぶたにく、かまぼこ(魚)、あぶらあげ、みそ ぶたにく ぶたにく	こめ、おぎ ごま、さとう あぶら、さとう	しいたけ、こんにやく しょうが しまにんじん、たまねぎ、にんにくば、こんにやく、にんにく	
29	木	 クアアジュシー チムシンジ スーネー てづくりちんすこう	ぶたにく ぶたにく、ぶたレバー、みそ どうふ、どりにく、みそ	こめ、あぶら ごま、さとう こむぎこ、あぶら、さとう	しいたけ、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	 おおなごはん 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、どうふ、たまご	こめ、おぎ あぶら べにいも、もちこ、しらたまご、ごま、さとう、あぶら	とうがん、にんじん、こまつな、しょうが ゴーヤー、たまねぎ、にんじん	