

# 令和7年12月 詳細献立表(アレルギー)

※「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。

那覇市立泊小学校(給食室直通) 917-34741

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		ナッツ類(アーモンド、ペカン、ヘーゼルナッツ)、魚、鮭、赤魚、いか、たこ、貝、たらこ、パパイア、 麦類(大麦、ライ麦、オーツ麦)、キウイ、マンゴー、パイン、ドラゴンフルーツ、柿口
※ 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。 ※ 給食で使用するもすぐやアサ、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	月	ごはん 鶏つねの中華スープ ホイコーロー オレンジ	とり肉、つくね ぶた肉、厚揚げ、みそ	米 はるさめ、でん粉 油、ごま油、でん粉	しいたけ、にんじん、ねぎ、はくさい にんにく、しょうが、キャベツ、にんじん、ピーマン 黄ピーマン、しめじ、たけのこ オレンジ	テンメンジャン(小麦)
2	火	きびごはん けんちん汁 たくあんときゅうりのごまあえ さかなのさいきょうやき アレルギー代替食(鶏のさいきょうやき)	豆腐、油揚げ ホキ、みそ とり肉、みそ	米、もちきび ごま油 ごま、ごま油 さとう さとう	だいこん、にんじん、ごぼう、こんにゃく、長ねぎ、しめじ もやし、たくあん、きゅうり	
3	水	ごこごはん 大根とアサのスープ フーイチー ひじきの佃煮	アーサ、ベーコン 麩(小麦)、たまご、ツナ、ウインナー ひじき、しらす	米、押麦、もちきび、丸麦、黒米、赤米 油 油、さとう、ごま	だいこん、えのき、しょうが キャベツ、にんじん、にら	
4	木	ゆかりごはん なめこ汁 野菜の五目塩炒め りんご	豆腐、わかめ、みそ(麦) ぶた肉、かまぼこ	米、さとう 油、ごま油、でん粉	しそ なめこ、えのき、長ねぎ たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、たけのこ ヤングコーン、しょうが りんご	赤だし(いわし粉末)
5	金	あげパン さつまいものクリームシチュー ルクジュ-のマリネ	きな粉 とり肉、大豆、豆乳 ルクジュ- (乾燥した豆腐)、しらす	パン(小麦、乳)、油、黒糖、さとう さつまいも、じゃがいも、米粉 乳不使用マーガリン さとう、卵なしマヨネーズ	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、しめじ、にんにく パセリ はくさい、きゅうり、コーン、シークワサー	
8	月	むぎごはん トマト肉じゃが シラスの和え物 納豆	ぶた肉 ちくわ、チリメン 納豆	米、麦 じゃがいも、油、さとう ごま、さとう	にんじん、たまねぎ、こんにゃく、いんげん、トマト、パセリ はくさい、こまつな、にんじん	タレ(小麦)
9	火	ごこごはん イナムドゥチ にんじんシリシリー いわしの梅煮 アレルギー代替食(ミートハンバーグ)	ぶた肉、かまぼこ、油揚げ、みそ たまご、ツナ、ウインナー いわし、削り節 ぶた肉、とり肉	米、押麦、もちきび、丸麦、黒米、赤米 ごま 油 さとう、でん粉 でん粉、油	しいたけ、こんにゃく にんじん、たまねぎ、ピーマン、にら うめ たまねぎ	小麦
10	水	きびごはん マーボー大根 豆苗のナムル 多菜包子 アレルギー代替食(キャベツ入り平つくね)	豆腐、ぶた肉、ぶたレバー、大豆、みそ とり肉 ぶた肉、とり肉、ひじき とり肉、えんどう豆、削り節	でん粉、油、ごま油 ごま油、ドレッシング、ごま でん粉、パン粉(小麦)、さとう、油 小麦粉 油、でん粉、さとう	だいこん、たけのこ、たまねぎ、にんじん、にら しいたけ、にんにく 豆苗、もやし、キャベツ、にんじん キャベツ、たまねぎ、しょうが きゃべつ、しょうが、にんにく	小麦、オイスターエキス 小麦、カキエキス
11	木	ぶた井(きびごはん) ぶた井(具) たまごスープ みかん	ぶた肉 たまご、豆腐	米、もちきび 油、さとう、でん粉 でん粉	たまねぎ、こんにゃく、にんじん、しいたけ チンゲン菜、黄ピーマン、長ねぎ、にんにく、しょうが こまつな、えのき うんしゅうみかん	
12	金	たんたんめん(麺) たんたんめん(具汁) 中華和え 手作り美らキャロットケーキ アレルギー代替食(お米のかぼちゃマフィン)	みそ、ぶた肉、とり肉、豚レバー 茎わかめ、かまぼこ たまご、チーズ(乳) 豆乳、大豆粉	小麦粉、油 ごま、ごま油 ドレッシング(小麦) 小麦粉、アーモンド、さとう、バター(乳) さとう、米粉、油、でん粉	にんにく、しょうが、もやし、チンゲン菜、コーン、長ねぎ きゅうり、もやし、にんじん にんじん かぼちゃ	小麦、オイスター
15	月	ジョア(ブルーベリー味) きびごはん 冬野菜カレー ごぼうサラダ	脱脂粉乳(乳) ぶた肉、ぶたレバー、白いんげん豆 白花生 とり肉	さとう 米、もちきび じゃがいも、米粉、油 乳不使用マーガリン ごま、ドレッシング、さとう 卵なしマヨネーズ	ブルーベリー、アローニヤ にんにく、たまねぎ、にんじん、だいこん ほうれんそう、カリフラワー、ピーマン ごぼう、きゅうり、にんじん	
16	火	きびごはん 魚汁 チデークニイリチー 大豆ふりかけ	赤魚、わかめ ぶた肉、厚揚げ 大豆、のり、こんぶ	米、もちきび さとう、油、でん粉 ごま、さとう、でん粉、じゃがいも	だいこん、ねぎ、しょうが にんじん、たまねぎ、にら、にんにく、葉、こんにゃく にんにく、しょうが かぼちゃ	オイスター(かき、ほたてエキス、魚醬) 小麦
17	水	なかよしパン クラムチャウダー だいこんのさっぱりサラダ チキンのハニーマスタード焼き 桑の実ジャム	脱脂粉乳(乳) ベーコン、とり肉、あさり、豆乳 白花生、白いんげん豆 とり肉 さとう	小麦粉、さとう、油 じゃがいも、米粉、乳不使用マーガリン 油、さとう はちみつ さとう	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー きゅうり、だいこん、赤ピーマン、黄ピーマン シークワサー 桑の実、シークワサー	
18	木	黒米ごはん なかみ汁 マーミラーチャンプルー あぶらみそ	ぶた肉、ぶた中身 ぶた肉、かまぼこ、豆腐 ツナ、ぶた肉、みそ	米、黒米 油 さとう、油	しいたけ、こんにゃく、しょうが にんじん、もやし、キャベツ、からし菜 しょうが	
19	金	トウジンジーシューシー れんこんのゆず和え 豆とかぼちゃのコロッケ (アレルギー代替食)トマトオムレツ	ぶた肉、かまぼこ とり肉 金時豆、黒豆、白いんげん豆、大豆 とり肉、たまご	米、紅イモ、油 さとう、ドレッシング(魚醬) 油、さとう、パン粉(小麦)、小麦粉 油、でん粉	にんじん、ねぎ、しいたけ れんこん、きゅうり、にんじん、ゆず かぼちゃ たまねぎ、トマト	
23	火	きびごはん ポークストロガノフ 海藻サラダ りんご	ぶた肉、ぶたレバー、豆乳 茎わかめ、昆布、赤つのまた、ツナ 青つのまた、白キリンサイ、わかめ	米、もちきび 油 ドレッシング(小麦、かつお節エキス)	にんにく、たまねぎ、にんじん、セロリー、しめじ だいこん、きゅうり、コーン りんご	
24	水	ごはん むらくもスープ ほうれん草のごまあえ さばの竜田揚げ (アレルギー代替食)レバー入りごまつくね	たまご、わかめ さば とり肉、とりレバー、大豆	米 はるさめ、でん粉 ごま、さとう でん粉、米粉、油 ごま、パン粉(小麦)、さとう、でん粉、油	えのき、にんじん、チンゲンサイ ほうれんそう、もやし、にんじん しょうが たまねぎ	小麦 小麦
25	木	チキンどらわ イタリアンサラダ ハンバーグのブラウンソースかけ 米粉のクリスマスケーキ	とり肉、ベーコン ハンバーグ 豆乳、大豆粉	米、もちきび、油、乳不使用マーガリン ドレッシング さとう さとう、油、米粉、でん粉、ココア	にんじん、赤ピーマン、ピーマン、たまねぎ、コーン、にんにく ブロッコリー、にんじん、しめじ、いんげん、黄ピーマン たまねぎ こんにゃく粉	