

# 令和8年3月 アレルギー献立表

糸満市立学校給食センター  
電話(098) 994-5800

※「アレルギー献立表」には、使用する食材と、アレルギー表示義務のある7品目及び下記の品目について表示しています。  
※食物アレルギーのある児童生徒は、給食を食べる前に献立の内容を必ず確認しましょう。家庭、学級においても毎日確認してください。

日	曜日	こんだて	(あか) おもに体をつくるものになる食品	(きいろ) おもにエネルギーのもとになる食品	(みどり) おもに体の調子を整えるものになる食品	調味料
2	月	カレーうどん ⑦乳・麦・豆・牛・豚・り	豚肉,油揚げ,なと(豆)	うどん,小麦粉,マーガリン(乳・豆),大豆油	にんじん,たまねぎ,こまつな,長ねぎ	ドライカレー(乳・麦・牛・豚・り),かつおだし
		きびなごのからあげ ⑦無	きびなご	じゃがいもでん粉,米粉,大豆油		
3	火	ソフトエクレア ⑦乳・卵・麦・豆・ゼ		エクレア(麦・卵・乳・豆・ゼ)		
		ちらしずし ⑦麦・豆・鶏		こめ		ちらしずしの素(麦・豆・鶏)
		かきたま汁 ⑦卵・豚・鶏・豆	卵,鶏肉,かまぼこ(豆)	じゃがいもでん粉	にんじん,ほうれんそう,コーン,長ねぎ	かつおだし,がらスープ(豚・鶏)
		きゅうり入り豚肉のオイスター炒め ⑦豆・豚	豚肉	三温糖,じゃがいもでん粉,大豆油	たまねぎ,にんじん,もやし,たけのこ,きゅうり,しょうが,にんにく	※オイスターソース(豆・カキエキス)
4	水	いよかん ⑦無			いよかん	
		ごはん ⑦無		こめ		
		シカムドゥチ ⑦豆・豚	豚肉,かまぼこ(豆)		だいこん,こんにゃく,しいたけ,しょうが	かつおだし
5	木	チヂムニイリチー ⑦豆・豚	ツナ(豆),豚肉,かまぼこ(豆)	大豆油	だいこん,にんじん,たまねぎ,大根葉	かつおだし
		(小6以外)黒糖パン ⑦乳・麦・豆 (小6のみ)きなこあげパン	きな粉,脱脂粉乳	黒糖パン(麦・乳・豆) コッペパン(麦・乳・豆),大豆油,アーモンド,三温糖,黒糖		
		ABCスープ ⑦乳・麦・豆・7t ⑦麦・豆・牛・豚・鶏	ベーコン(豚)	マカロニ	キャベツ,にんじん,大根,コーン,ブロッコリー	がらスープ(豚・鶏),コンソメ(牛・豆)
		チキンピーンズ ⑦麦・豆・豚・鶏	鶏肉,大豆,ポークピーンズ(麦・豆・豚)	じゃがいも,大豆油,三温糖	たまねぎ,にんじん,セロリ,あお豆,トマト,ニンニク	がらスープ(豚・鶏)
6	金	麦ごはん ⑦無		こめ,大麦		
		ハヤシライス ⑦豚・鶏	豚肉	大豆油,黒糖,米粉	にんにく,たまねぎ,にんじん,エリンギ,マッシュルーム,トマト	がらスープ(豚・鶏),クッキングソース(豚)
		ほうれん草入りオムレツ ⑦卵・麦・豆 (中3のみ) チーズ風ソースイン ハンバーグ ⑦豆・豚・鶏	ほうれん草オムレツ(卵・麦・豆) チーズ風ソースインハンバーグ(豆・豚・鶏)		ミニトマト,パセリ	
		(中3のみ)フルーツ盛り合わせ ⑦無 (中3のみ)米粉のお祝いケーキ ⑦豆			いちご,ぶどう,パイナップル	
9	月	ごはん ⑦無		こめ		
		キムチチーズ肉じゃが ⑦乳・麦・豆・豚・鶏・り・さ	豚肉,チーズ(乳)	じゃがいも,大豆油,三温糖	はくさい,にんじん,たまねぎ,こんにゃく,あお豆,白菜キムチ(麦・豆・り・さ)	がらスープ(豚・鶏),かつおだし
		いわしの梅煮 ⑦麦・豆 オレンジ ⑦オ	いわしの梅煮(麦・豆)		オレンジ	
10	火	和風風のこスパゲティ ⑦麦・豆・豚・鶏	とり肉,ベーコン(豚),かまぼこ(豆)	スパゲティ,大豆油	にんじん,たまねぎ,こまつな,キャベツ,しめじ,エリンギ,しいたけ,にんにく	
		かぼちゃひき肉フライ ⑦麦・豆・豚・り おいもの大福 ⑦無		かぼちゃひき肉フライ(麦・豆・豚・り),大豆油 おいもの大福		
11	水	ごはん ⑦無		こめ		
		芋煮汁 ⑦豆・豚	豚肉,油揚げ	里芋	しいたけ,白菜,にんじん,ごぼう,コンニャク,長ねぎ	かつおだし
12	木	ひきなおり ⑦豆・ご	ツナ(豆),ちくわ(豆)	三温糖,ごま油,ごま	だいこん,にんじん,青ピーマン	かつおだし
		わかめごはん ⑦無 ゆし豆腐 ⑦豆 フータシャー ⑦卵・麦・豆・豚 コッペパン ⑦乳・麦・豆	ゆし豆腐 卵,豚肉,ツナ(豆)	こめ 麩(麦・豆),大豆油	小ねぎ キャベツ,もやし,にんじん,にら	※わかめごはんのもと かつおだし
13	金	春キャベツ入りシチュー ⑦乳・麦・豆・豚・鶏・牛	鶏肉,白花生,白いんげん豆,生クリーム(乳)	コッペパン(麦・乳・豆)	にんじん,あお豆,キャベツ,たまねぎ,エリンギ,にんにく	ホワイトルウ(麦・豚),コンソメ(牛・豆)
		カリフラワーサラダ ⑦無		じゃがいも,マーガリン(乳・豆),小麦粉,大豆油	カリフラワー,きゅうり,コーン	
		イタリアンドレッシング ⑦無		イタリアンドレッシング		
		ホワイトクリーム(レーズン入り) ⑦乳・豆		レーズンクリーム(乳・豆)		
16	月	ごはん ⑦無		こめ		
		親子丼の具 ⑦卵・豆・鶏・豚	とりにく,かまぼこ(豆),卵	大豆油,三温糖	にんじん,たまねぎ,グリーンピース,キャベツ,にんにく	がらスープ(豚・鶏)
17	火	黒糖ぜんざい ⑦無	金時豆	大麦,白玉だんご,黒糖,三温糖		
		玄米ごはん ⑦無		こめ,げんまい		
		マーボー大根 ⑦麦・豆・牛・豚・鶏・ゼ・ご	豚肉,大豆,豆腐,みそ	大豆油,三温糖,じゃがいもでん粉,ごま油	だいこん,にんじん,たまねぎ,しいたけ,エリンギ,たけのこ,にら,きくらげ,しょうが,にんにく,トマト	麻婆豆腐の素(麦・豆・牛・豚・ゼ・ご),オイスターソース(豆・がら),テンメンジャン(麦・豆・ご),がらスープ(鶏・豚)
		春巻 ⑦麦・豆・鶏・ご (小6以外) フルーツ杏仁風プリン ⑦豆・も・り	パリパリ野菜の春巻(麦・豆・鶏・ご)	大豆油		
		(小6のみ)米粉のお祝いケーキ ⑦豆 (小6のみ)フルーツ盛り ⑦無 (小6のみ)ささみカツ ⑦麦・豆・鶏		米粉のお祝いケーキ(豆)	いちご,ぶどう,パイナップル	
		イカスキのペエリア ⑦イ・豆・牛・豚・鶏	とりにく,いか	大豆油	ミニトマト,パセリ	
18	水	アメリカンドッグ ⑦麦・牛・豚	ウィンナー(麦・牛・豚)	こめ,大麦,オリーブ油,大豆油	たまねぎ,にんじん,ピーマン,マッシュルーム,にんにく	いかすみ(イ),がらスープ(豚・鶏),コンソメ(牛・豆)
		糸満産野菜のサラダ ⑦豆・鶏・ご ごまドレッシング ⑦麦・豆・ご	鶏肉,刻み大豆,※ちりめん	小麦粉,ホットケーキミックス(麦),三温糖,大豆油	ごま	キャベツ,きゅうり,にんじん
		ごまドレッシング(麦・豆・ご)				
4月10日	金	麦ごはん ⑦無		こめ 大麦		
		チキンカレー ⑦鶏・乳・豆・麦・り・牛・豚	鶏肉	じゃがいも,大豆油,マーガリン(乳・小麦粉,脱脂粉乳)	にんじん,たまねぎ,かぼちゃ,セロリ あおまめ,にんにく,リンゴピューレ トマト	デミグラス(麦・鶏),ケチャップ がらスープ(豚・鶏) カレールウ(麦・牛・鶏・豆)
13	月	鉄カルサラダ ⑦豆・ご	ひじき,大豆,※ちりめん	ごま	にんじん,コーン,ブロッコリー	
		ごまドレッシング ⑦麦・ご・豆		ごまドレッシング(麦・ご・豆)		
		ごはん ⑦無		こめ		
14	火	イナムドゥチ ⑦豚・鶏・豆	豚肉,かまぼこ(豆),みそ		しいたけ,こんにゃく	がらスープ(豚・鶏) かつおだし
		たまなちゃんぶるー ⑦豚・豆	豚肉,ツナ(豆),豆腐,かまぼこ(豆)	大豆油	キャベツ,こまつな,にんじん,玉ねぎ にんにく	
14	火	お祝いデザート ⑦無		いちごのジュレ		
		黒糖パン ⑦豆・麦・乳		黒糖パン(麦・乳・豆)		
		ビーフンスープ ⑦鶏・豚	鶏肉	ビーフン,大豆油	たまねぎ,にんじん,こまつな,セロリ コーン,しいたけ	がらスープ(豚・鶏)
14	火	ブロッコリソテー ⑦鶏・牛・豆	鶏肉	大豆油	ブロッコリ,キャベツ,たまねぎ にんじん,にんにく	コンソメ(牛・豆)
		型抜きチーズ ⑦乳	チーズ(乳)			

義務表示 : 卵…卵、乳…乳及び乳製品、麦…小麦、ピ…落花生、そ…そば、エ…えび、カ…かに、く…くるみ  
推奨義務 : あ…あわび、イ…いか、い…いくら、オ…オレンジ、キ、キウイフルーツ、牛…牛肉  
サ…さけ、さ…さば、豆…大豆、鶏…鶏肉、カ…カシューナッツ、パ…バナナ、豚…豚肉、マ…マカダミアナッツ  
も…もも、や…やまいも、り…りんご、ゼ…ゼラチン、ご…ごま、アモ…アーモンド  
他 : ア…あさり、マ…マンゴー

※給食を食べる前に内容を必ず確認しましょう。  
※醤油と酢と酒に含まれる「小麦」と「大豆」は表示していませんが、微量の小麦・大豆成分が含まれております。  
※のり、カエリ、きびなご、カタクチイワシ、しらすは、えび・カニが混ざる漁法で捕獲され、アサリなどの二枚貝はカニが共生しています。(アーサ、もずくの養殖場には、ヨコエビ類が生息しています※ヨコエビは、食物アレルギーの表示対象外です。)  
※魚そうめんを使用している魚(イトヨリ)は、えび・かにを食べています。  
※材料、天候等により、献立を変更する場合があります。  
※加工品に関しては、表示義務(8品目)と推奨義務(20品目)のみ表示しております。 詳しい情報が必要な方、または不明な点がある場合は、給食センターまでお問い合わせください