

令和8年10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9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、学校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
1	木		ごはん ⑦無し 白菜の中華煮 ⑦豚ご豆腐 きびなごの青のりフライ ⑦無し	豚肉 きびなご、青のり	こめ 大豆油、三温糖、ごま油、じゃがいもでん粉 じゃがいもでん粉、大豆油	はくさい、たまねぎ、にんじん、くわい、ヤングコーン、 たけのこ、絹さや、しょうが、にんにく	オイスターソース(豆・かきエキス)、 がらスープ(豚・鶏)
2	金		ごはん ⑦無し ゆしどうふ ⑦豆 メンクーガー ⑦豚豆	豆腐(豆) 豚肉、厚揚げ(豆)、かまぼこ(豆)	こめ 大豆油、三温糖	ねぎ こんにゃく、だいこん、にんじん、こまつな、しいたけ	かつおだし かつおだし
5	月		五目釜めし ⑦麦豆腐 キャベツのみそ汁 ⑦豆 鶏とかぼちゃの煮つけ ⑦鶏豆 ポケモンチーズ ⑦乳	かまぼこ(豆)、みそ(豆) 鶏肉、大豆 チーズ(乳)	こめ 大豆油、三温糖、じゃがいもでん粉	こんにゃく、キャベツ、にんじん、しめじ、長ねぎ、しょうが かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、あお豆、しょうが	五目釜飯の素(麦・豆・鶏・かきエキス・ かつお節エキス・煮干しエキス)
6	火		わかめごはん ⑦無し じゃがいもの鶏そぼろあん ⑦鶏豆 いわしの梅味噌煮 ⑦豆	わかめ 鶏肉、大豆、厚揚げ(豆) いわし梅味噌煮(豆)	こめ じゃがいも、大豆油、三温糖、じゃがいもでん粉		かつおだし
7	水		コッペパン ⑦麦乳豆 きのこのクリームシチュー ⑦豆豚鶏 ウインナーのチリソースかけ ⑦麦牛豚	鶏肉、白花豆、白いんげん豆、豆乳(豆) ウインナー(麦・牛・豚)	コッペパン(麦・乳・豆) じゃがいも、大豆油、乳無しマーガリン(豆豚)、米粉 大豆油、三温糖	にんじん、たまねぎ、しめじ、エリンギ、マッシュルーム、 あお豆、パセリ たまねぎ、にんじん、ピーマン、トマト	がらスープ(豚・鶏)
8	木		ごはん ⑦無し 卵入中華風コンソースープ ⑦卵豆豚鶏 豚キムチ ⑦豚豆麦りさ	卵、豆腐(豆) 豚肉、厚揚げ(豆)	こめ じゃがいもでん粉 大豆油、三温糖	コーン、にんじん、小松菜 にんじん、たまねぎ、はくさい、きくらげ、 白菜キムチ(麦・リ・豆・さ・かつお節エキス)	がらスープ(豚・鶏)
9	金		沖縄そば(莫らキャロット麺) ⑦麦 沖縄そば(具&汁) ⑦豚豆鶏 パパイイリチー ⑦豆 お米deブルーベリータルト ⑦豆	豚肉、かまぼこ(豆) ツナ(豆)	沖縄そば(麦) 大豆油 お米deブルーベリータルト(豆)	キャベツ、たまねぎ、にんじん、ねぎ パパイヤ、にんじん、たまねぎ、にら、にんにく	かつおだし、がらスープ(豚・鶏)、 鶏だし(鶏)
13	火		ごはん ⑦無し 沢煮焼 ⑦豚 豚肉とさつまいもの甘辛炒め ⑦豚ご しそ味ひじき ⑦麦豆	豚肉 豚肉 しそ味ひじき(麦・豆)	こめ じゃがいも、大豆油、乳無しマーガリン(豆豚)、米粉 大豆油、三温糖	ごぼう、だいこん、にんじん、糸こんにゃく れんこん、にんじん、たまねぎ、しめじ	かつおだし かつおだし
14	水		麦ごはん ⑦無し チキンカレー ⑦鶏豆豚 サイダーボンチ ⑦も	鶏肉 鶏肉	こめ、大麦 じゃがいも、大豆油、乳無しマーガリン(豆豚)、米粉 ゼリー、サイダー	にんじん、たまねぎ、ピーマン、エリンギ、セロリ、りんご、 にんにく、トマト みかん、パイナップル、黄桃(も)、シークワーサー	がらスープ(豚・鶏)
15	木		ごはん ⑦無し デュークニンピー ⑦豚豆 もずく入り厚焼きたまご ⑦卵豆麦 スティックパン ⑦無し	豚肉、かまぼこ(豆)、厚揚げ(豆)、みそ(豆) もずく入り厚焼きたまご(卵・豆・麦・かつおエキス・煮干しだし)	こめ 大豆油、三温糖	こんにゃく、だいこん、にんじん、いんげん スティックパン	かつおだし
16	金		しそごはん ⑦無し 中味汁 ⑦豚鶏 千切りイリチー ⑦豚豆 ちんすこう ⑦麦豚牛	豚肉 豚肉、かまぼこ(豆)、昆布	こめ 大豆油、三温糖 ちんすこう(麦・豚・牛)	しそ しいたけ、こんにゃく、しょうが にんじん、切干大根、こんにゃく	豚だし(鶏・豚)、かつおだし かつおだし
19	月		ごはん ⑦無し ワンタンスープ ⑦麦豆豚ご鶏 ホイコーロー ⑦豚豆ご麦 フルーツ杏仁風プリン ⑦豆もり	ワンタン(麦・豆・豚・ホタテエキス) 豚肉	こめ ごま、ごま油 大豆油、三温糖、ごま油、じゃがいもでん粉	えのきたけ、はくさい、にんじん、ながねぎ、コーン、きくらげ キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、赤ピーマン、 たけのこ、にんにく、しょうが	がらスープ(豚・鶏)、かつおだし コチュジャン(豆)、 テンメンジャン(麦・豆・ご)
20	火		ごはん ⑦無し アーサ汁 ⑦豆豚鶏 ダンボーイリチー ⑦豚豆 カープチー ⑦無し	※アーサ、豆腐(豆) 豚肉、かまぼこ(豆)、みそ(豆)	こめ 大豆油、三温糖	しょうが ごぼう、いんげん、にんじん、こんにゃく、しょうが カープチー	がらスープ(豚・鶏)、かつおだし かつおだし
21	水		あげパン(高小、潮小、高中、潮中、兼中)⑦麦乳豆アモ 黒糖パン(そのほかの学校) ⑦麦乳豆 キャベツのコンソメスープ ⑦豚鶏牛豆 じゃがいものチーズ煮 ⑦鶏乳豆豚牛 ミルメーク(キャラメル) ⑦無し	きな粉(豆)、脱脂粉乳 無塩せきウインナー(豚) 鶏肉、チーズ(乳)	こめ コッペパン(麦・乳・豆)、大豆油、アーモンド、三温糖、黒糖 黒糖パン(麦・乳・豆) じゃがいも、大豆油	しょうが キャベツ、にんじん、コーン、アスパラ、にんにく たまねぎ、にんじん、あお豆	
22	木		ごはん ⑦無し 鶏つくねの和風カレー煮込み ⑦麦鶏豆 さんまのみぞれ煮 ⑦麦豆	つくね(麦・鶏・豆) さんまのみぞれ煮(麦・豆)	こめ じゃがいも、大豆油、三温糖	にんじん、たまねぎ、れんこん、小松菜、しいたけ、あお豆、 しょうが、にんにく	かつおだし
23	金		果ごはん ⑦ご けちん汁 ⑦豆ご ひじきの五目煮 ⑦豚 おいもの大福 ⑦無し	豆腐(豆) 豚肉、ひじき	こめ、もち米、栗、ごま 里芋、ごま油 大豆油、三温糖 おいもの大福	こんにゃく、しめじ、とうがん、にんじん 切干大根、にんじん、あお豆	かつおだし かつおだし
26	月		ごはん ⑦無し 大根の煮つけ ⑦豚豆 発芽玄米入り平つくね ⑦麦豚鶏豆 オレンジ ⑦オ	豚肉、厚揚げ(豆)、かまぼこ(豆) 発芽玄米入り平つくね(麦・豚・鶏・豆・かつお節エキス)	こめ 大豆油、三温糖	こんにゃく、だいこん、にんじん、いんげん、しいたけ オレンジ	かつおだし
27	火		ごはん ⑦無し ちゃんこ汁 ⑦鶏豆豚 かぼちゃの天ぷら ⑦麦 青菜の手作りふりかけ ⑦豆ご	鶏肉、厚揚げ(豆) ちりめん、ひじき、大豆、かつおぶし	こめ 大豆油 ごま、三温糖	しいたけ、えのきたけ、はくさい、にんじん、長ねぎ かぼちゃの天ぷら(麦) からしな	かつおだし、がらスープ(豚・鶏)
28	水		ごはん ⑦無し マーボー豆腐 ⑦豆ご麦牛豚せ鶏 中華ポテト ⑦無し	豆腐、豚肉、大豆、みそ(豆)	こめ 大豆油、三温糖、じゃがいもでん粉、ごま油	たまねぎ、にんじん、にら、しいたけ、きくらげ、にんにく、 しょうが、トマト	オイスターソース(豆・かきエキス)、 中華ベース(麦・豆・牛・豚・せ・ご・オイスターエキス) テンメンジャン(麦・豆・ご)、がらスープ(豚・鶏)
29	木		ごはん ⑦無し 根菜のみそ汁 ⑦豆 親子丼(具) ⑦卵鶏豆 カルフィッシュ ⑦無し	油揚げ(豆)、わかめ、みそ(豆) 卵、鶏肉、かまぼこ(豆) ※カルフィッシュ(カタクチイワシ)	こめ さつまいも 大豆油、三温糖	だいこん、にんじん、ごぼう にんじん、たまねぎ、グリーンピース、にんにく	かつおだし かつおだし
30	金		ミートスパゲティ ⑦豚豆麦鶏 白身魚フライ ⑦麦豆 パンブキンパパア ⑦豆	豚肉、大豆 白身魚フライ(麦・豆)	スパゲティ、大豆油、三温糖 大豆油 パンブキンパパア(豆)	にんじん、たまねぎ、マッシュルーム、トマト、にんにく	デミグラスソース(麦・鶏)

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、カ…カシューナッツ

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、バ…バナナ、豚…豚肉、マカ…マカダミアナッツ、ピス…ピスタチオ

も…もも、や…やまいも、リ…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。)

※魚そうめんに使用している魚(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(9品目)と推奨義務(20品目)のみ表示しております。

※カシューナッツは、表示義務の経過措置期限が令和10年3月31日までとされているため、把握できる範囲で表示しています。

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