



令和8年7・8月 詳細献立表

浦添市立学校給食当山共同調理場
電話(098) 877-1217

※「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。
※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。

表示義務(特定原材料)8品目		その他				
卵、乳、小麦、落花生(ピーナッツ)、えび、そば、かに、クルミ		山芋、里芋、あさり、ほたて、いか、たこ、キウイ、牡蠣、カシューナッツ、アーモンド、いくら、ヘーゼルナッツ、ピスタチオ、ピーカンナッツ、ごま				
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	水	牛乳 むぎごはん もずく&だいこんのおつゆ とりにくのナゲット こくとういりにくじゃが	もずく、とり肉 とり肉、だいず ぶた肉	こめ、むぎ ごま油 パン粉(小麦)、油、こむぎこ(小麦)、でん粉 じゃがいも、油、さとう、黒糖	だいこん、チンゲンサイ、しょうが にんにく、コーン にんにく、にんじん、たまねぎ こんにゃく、えだまめ	
2	木	牛乳 コーンとえだまめのピラフ さばのカレーマヨやき ぶたしゃぶサラダ	とり肉、ベーコン さば ぶた肉、みそ	こめ、油 卵なしマヨネーズ ごま、ごま油、さとう	たまねぎ、にんじん、えだまめ、コーン にんにく キャベツ、にんじん、きゅうり	
3	金	牛乳 むぎごはん はるさめスープ ちゅうかどん(いか入り) フルーツあんぱん	とり肉、とうふ ぶた肉、いか	こめ、むぎ 春雨、ごま油 油、さとう、でんぷん 豆乳ゼリー	こまつな、にんじん、たまねぎ、ながねぎ はくさい、にんじん、きくらげ、にら しょうが みかん、もも、パイナップル	オイスターソース(牡蠣)
6	月	牛乳 ゆかりごはん とうがんのそばろに さばのしおやき こくとうまんじゅう	ぶた肉、あつあげ さば あずき	こめ、さとう さとう、油 こむぎこ(小麦)、さとう、こくとう、水あめ 油、はちみつ、でんぷん	しそ とうがん、たまねぎ、にんじん、しいたけ しょうが、にんにく	
7	火	牛乳 むぎごはん もずくどん そうめんじる ほしがたポテト(2こづけ) たなばたゼリー	もずく、ぶた肉、だいず かまぼこ、とり肉 だいず	こめ、むぎ 油、さとう、でんぷん じゃがいも、油、米粉 でんぷん、水あめ、さとう、油	しょうが、にんじん、たまねぎ、コーン えだまめ たまねぎ、にんじん レモン、メロン、かんてん	
8	水	ジョア むぎごはん タコライス(ミート) タコライス(やさい) スライスチーズ コーンクリームスープ	ぶた肉、ぶたレバー、だいず チーズ(乳) とり肉、とうにゅう	さとう こめ、むぎ 油、さとう じゃがいも、マカロニ(小麦)、米粉、油	マスカット たまねぎ、にんじん、にんにく キャベツ、パプリカ たまねぎ、ほうれんそう、コーン	
9	木	牛乳 おうごんいものたきこみごはん さめあおりのフライ だいこんのおかかあえ	ぶた肉、かまぼこ、油あげ もうかざめ、のり いとけずり	こめ、黄金芋、油 パン粉(小麦)、こむぎこ(小麦)、油	にんじん、しいたけ、ねぎ だいこん、はくさい、こまつな	
10	金	牛乳 むぎごはん とうがんととりにくのしるもの ゴーヤーチャンプルー なっとうみそ	とり肉 ぶた肉、とうふ、たまご、いとけずり 納豆、ツナ、みそ、いとけずり	こめ、むぎ 油 さとう、油	とうがん、にんじん、こまつな、しょうが にがうり、たまねぎ、にんじん しょうが	
13	月	牛乳 むぎごはん マーボーへちま けんさんアグーぎょうざ こまつなとじゃこのあえもの	ぶた肉、ぶたレバー、とうふ、だいず みそ ぶた肉、だいず しらす	こめ、むぎ 油、さとう、でんぷん こむぎこ(小麦)、油、ごま油、でん粉	へちま、たまねぎ、にんじん、たけのこ にら、しいたけ、にんにく、しょうが キャベツ、たまねぎ、はくさい、にら しょうが こまつな、きゅうり、にんじん、もやし	オイスターソース(牡蠣)
14	火	牛乳 くわのほツイストパン けんさんにんじんポターージュ パンネポロネーゼ はちみつ	だっしふんにゅう(乳) とり肉、とうにゅう ぶた肉、ぶたレバー、だいず	こむぎこ(小麦)、さとう、油 じゃがいも、米粉、油 マカロニ(小麦)、油 はちみつ	くわのほ にんじん、たまねぎ にんじん、たまねぎ、セロリ、パセリ にんにく、トマト	デミグラスソース(小麦)
15	水	牛乳 なつやさいひやしちゅうか(めん) なつやさいひやしちゅうか(く) ひやしちゅうか(たれ) はるまき すいか	とり肉、かまぼこ ぶた肉、だいず	こむぎこ(小麦)、油、ごま油 ごま さとう、ごま油、油 こむぎこ(小麦)、油、水あめ、でん粉、春雨 さとう、ラード	きゅうり、もやし、おくら、パプリカ にんじん レモン、みかん キャベツ、にんじん、たまねぎ、しいたけ しょうが すいか	
16	木	牛乳 むぎごはん アーサのすましじる まぐろのごまみそやき フーチャンプルー	とうふ、アーサ まぐろ、みそ たまご、ぶた肉、とうふ	こめ、むぎ ごま、さとう ふ(小麦)、油	えのきたけ しょうが キャベツ、にんじん、もやし、にら	
17	金	牛乳 ツナとトマトのパスタ ポークメンチカツ まめポテトサラダ おこめでシークワサータルト	ベーコン、ツナ ぶた肉 あかいんげん豆、ひよこ豆 青えんどう豆 とうにゅう	スパゲティー(小麦)、油 さとう、でん粉、水あめ、パン粉(小麦) こむぎこ(小麦)、油 じゃがいも、卵なしマヨネーズ さとう、米粉、油	にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン しめじ、にんにく、トマト にんにく、たまねぎ にんじん、きゅうり シークワサー	

夏休み中も規則正しい生活を

夜ふかしや朝寝坊をすると、生活リズムがくずれてしまいます。夏休み中も規則正しい生活を心がけましょう。早起きをして、家族で朝食の準備をしたり運動をしたりしてみませんか。

夏休み 協力し合おう！ 家庭の仕事

家庭の仕事には、食事をつくったり、洗濯をしたり、掃除をしたりするなどさまざまなものがあります。家族の一員として協力し合うためにも、生活をふりかえり、家庭の中で自分ができることを探しましょう。

- 家族のために食事をつくる
- 食事の片づけをする
- ごみ出しをする

8月	ジョア	ジョア(プレーン)	だっしふんにゅう(乳)	さとう		
31月	ジョア	むぎごはん	とり肉	こめ、むぎ		
	ジョア	なつやさいカレー	とり肉	じゃがいも、油、米粉		にんじん、たまねぎ、なす、ピーマン トマト、ブロッコリー、にんにく
	ジョア	チキンとマカロニのサラダ	とり肉	マカロニ(小麦)、卵なしマヨネーズ、さとう		キャベツ、きゅうり、にんじん

※しょうゆと酢に含まれる『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。
※給食で使用するもずくやアーサ、チリメンなどにエビ・カニが混ざっている可能性があります。
※大量調理を行うため、調理場においては微量のアレルゲンの混入(コンタミネーション)を完全に避けることはできません。
※かまぼこ・ちくわ・なるとなどの練り製品は、原材料に魚を使用しています。魚は、エビやカニを捕食している場合があります。
※詳しい情報が必要な方、または不明点がある場合は、当山共同調理場までお問合せください。