

令和8年10月 詳細献立表

浦添共同調理場
電話(098) 877-6716

※「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				やまいも、魚類、貝類、いか、たこ、豆類、パナナ、キウイフルーツ			
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		むぎごはん		こめ、むぎ		
			だいこんのにつけ	ぶた肉、こんぶ、あつあげ、かまぼこ	油、さとう	だいこん、にんじん、こまつな、こんにゃく	
			きゅうりのすのもの	とり肉	さとう	はくさい、きゅうり、にんじん、シークワーサー	
			アガラサー	ぎゅうにゅう(乳)	こむぎこ(小麦)、こくとう		
2	金		むぎごはん		こめ、むぎ		
			チャブチェ	ぎゅう肉、ぶた肉	はるさめ、油、ごま油、さとう、ごま	たまねぎ、にんじん、にら、もやし、きくらげ、しょうが、にんにく	
			ちゅうかコーンスープ	とり肉、とうふ、わかめ	でんぶん	コーン、にんじん、ながねぎ、えのき	
			しゅうまい	とり肉、ぶた肉、みそ	パン粉(小麦)、でんぶん、さとう、こむぎこ(小麦)	たまねぎ、しょうが	
5	月		あきのかおりごはん	とり肉	こめ、油、くり	にんじん、しめじ、しいたけ、えだまめ	
			こまつなのごまネーズあえ	ちくわ	ごま、たまごなしマヨネーズ、さとう	こまつな、にんじん、きゅうり、カリフラワー	
			にくだんご(みそだれ)	とり肉、ぶた肉、みそ	パン粉(小麦)、でんぶん、さとう、油、ごま	しょうが、たまねぎ	
			ミルメーク		さとう、ココア		
6	火		にくやさいそば(めん)		沖縄そば(小麦)、油		
			にくやさいそば(しる)			しょうが	
			にくやさいそば(ぐ)	ぶた肉、かまぼこ	さとう、油	キャベツ、にんじん、たまねぎ、にら、にんにく	
			かぼちゃひき肉フライ	ぶた肉	さとう、油、パン粉(小麦)、でんぶん、こむぎこ(小麦)	かぼちゃ、たまねぎ	
7	水		カルフィッシュ	カタクチイワシ	でんぶん、さとう、こめこ		
			ぜんぶんりゅうパン	だっしふんにゅう(乳)	こむぎこ(小麦)、ぜんりゅうふん(小麦)、さとう、油		
			ビーフシチュー	ぎゅう肉、ぶた肉	じゃがいも、にゅうなしマーガリン、こむぎこ(小麦)、油	たまねぎ、にんじん、セロリー、マッシュルーム、ブロッコリー、トマト	
			フルーツポンチ		ゼリー	みかん、もも、パイナップル、シークワーサー	
8	木		チーズ	チーズ(乳)			
			むぎごはん		こめ、むぎ		
			さつまじる	とり肉、油あげ、みそ	さつまいも	ごぼう、にんじん、だいこん、えのき、ねぎ	
			ひじきのツナあえ	ひじき、ツナ	さとう、ごま油	はくさい、コーン、きゅうり、にんじん	
9	金		しろみざかなフライ	ずけそうだら	パン粉(小麦)、こむぎこ(小麦)、でんぶん、油、こめこ		
			むぎごはん		こめ、むぎ		
			フンタンスープ	とり肉、ワンタン(小麦)		だいこん、にんじん、こまつな、ながねぎ、しょうが	
			ビビンバ(肉そぼろ)	ぎゅう肉、ぶた肉、ぶたレバー、だいず	さとう、でんぶん、ごま油	たまねぎ、にんにく、しょうが	
13	火	ジョア	ビビンバ(ナムル)		ごま	もやし、ほうれんそう、にんじん	
			ブルーベリーゼリー		さとう	ブルーベリー	
			ジョア(マスカット)	だっしふんにゅう(乳)	さとう	マスカット	
			むぎごはん		こめ、むぎ		
14	水		バターチキンカレー	とり肉、ぎゅうにゅう(乳)、生クリーム(乳)	じゃがいも、こむぎこ(小麦)、油、さとう、にゅうなしマーガリン	たまねぎ、にんじん、こまつな、トマト、にんにく	
			ウインナーとアスパラソテー	ウインナー	油	アスパラ、コーン、キャベツ、たまねぎ、にんじん	
			ほうれん草とベーコンのスパゲティ	とり肉、ベーコン	スパゲッティ(小麦)、油、にゅうなしマーガリン	たまねぎ、しめじ、エリンギ、ほうれんそう、にんにく	
			ブロッコリーサラダ	ちくわ	たまごなしマヨネーズ、ごま、さとう	ブロッコリー、カリフラワー、きゅうり、にんじん、コーン	
15	木		れんこん入りつくね	とり肉	パン粉(小麦)、でんぶん、ごま、さとう	れんこん	
			こめコドック	たまご(卵)、とうにゅう	さとう、こめこ、ココア、油		
			きびごはん		こめ、きび		
			チムシンジ	ぶた肉、ぶたレバー、みそ	じゃがいも	たまねぎ、にんじん、にら、しょうが、にんにく	
16	金		タマナーチャンブルー	ぶた肉、とうふ、ふ(小麦)、かつおぶし	油	キャベツ、にんじん、ピーマン、もやし	
			うむくじてんぶら		マッシュポテト、さとう、べにいも、油		
			くろまいごはん		こめ、くろまい		
			イナムドゥチ	ぶた肉、かまぼこ、油あげ、みそ		こんにゃく、しいたけ	
19	月		千切りイリチー	ぶた肉、こんぶ	さとう、油	かくぎりだいこん、にんじん、こんにゃく	
			りんご			りんご	
			むぎごはん		こめ、むぎ		
			いものこ汁	とり肉	さといも	にんじん、しめじ、ながねぎ、こんにゃく	
20	火		いわしのトマトに	いわし	さとう	トマト、たまねぎ	
			ごぼうのゴマサラダ	ちくわ	ごま、さとう	ごぼう、れんこん、にんじん、きゅうり	
			むぎごはん		こめ、むぎ		
			とりじる	とり肉		こんにゃく、にんじん、とうがん、ほうれんそう、しいたけ、しょうが	
21	水		ひじきのごもくに	ひじき、ぶた肉、かまぼこ、油あげ、だいず	油	にんじん、こんにゃく、ねぎ、れんこん	
			油みそ	えんどうまめ、ひよこまめ、レンズまめ、だいず、あずき、ツナ、みそ	むぎ、げんまい、あかまい、きび、油、さとう、ごま		
			アーモンド(中学校のみ)		アーモンド、油		
			コッペパン	だっしふんにゅう(乳)	こむぎこ(小麦)、さとう、油		
22	木		はくさいとさつまいものシチュー	とり肉	さつまいも、にゅうなしマーガリン、こむぎこ(小麦)、油	たまねぎ、にんじん、はくさい、しめじ、マッシュルーム	
			やさいソテー	ベーコン	油	こまつな、カリフラワー、赤ピーマン、たまねぎ、にんじん、コーン、にんにく	
			りんごジャム		さとう	りんご	
			むぎごはん		こめ、むぎ		
23	金		マーボーだいこん	とうふ、ぶた肉、だいず、みそ	油、さとう、でんぶん	だいこん、にんじん、たまねぎ、にら、にんにく、しょうが	小麦
			ちゅうかサラダ	とり肉、くきわかめ	はるさめ、ごま、さとう、ごま油	もやし、にんじん、しょうが、シークアーサー	
			くわのはごはん		こめ、油	くわのは	
			にくだんごじる	とりだんご(小麦)	はるさめ	だいこん、にんじん、しいたけ、ねぎ、しょうが	
26	月		ぶたにくのしょうがいため	ぶた肉	油、さとう、でんぶん	キャベツ、たまねぎ、にんじん、えだまめ、こんにゃく、しょうが	
			きょうふうたまごやき	たまご(卵)	油	にんじん、ねぎ	乳成分
			むぎごはん		こめ、むぎ		
			きのこじる	とり肉、油あげ		しめじ、えのき、ながねぎ、しいたけ、だいこん、しょうが	
27	火		あつあげのみそいため	あつあげ、ぶた肉、みそ	さとう、ごま油、でんぶん	にんじん、たまねぎ、えだまめ、にら、こんにゃく、しょうが	
			のりしおもち	あおき	じゃがいも、こむぎこ(小麦)、でんぶん、パン粉(小麦)、こめこ、さとう、油		
			むぎごはん		こめ、むぎ		
			キーマカレー	ぎゅう肉、ぶた肉、ぶたレバー、ひよこまめ、だいず	じゃがいも、油	たまねぎ、にんじん、ピーマン、マッシュルーム、にんにく	小麦
28	水		わかめスープ	わかめ、とり肉、とうふ		たまねぎ、ねぎ	
			みかん			みかん	
			やきそばパン(コッペパン)	だっしふんにゅう(乳)	こむぎこ(小麦)、さとう、油		
			やきそばパン(やきそば)	ぶた肉、あおのり	ちゅうかめん(小麦)、さとう、油	にんじん、キャベツ、たまねぎ、にんにく、しょうが	
29	木		トマトとミートボールスープ	ベーコン、とりだんご(小麦)、いんげんまめ	じゃがいも、油	たまねぎ、セロリー、パセリ、トマト、にんにく	
			ヨーグルト	だっしふんにゅう(乳)、ぜんふんにゅう(乳)、かんでん、ゼラチン	さとう		
			きびごはん		こめ、きび		
			とうがんンブシー	ぶた肉、あつあげ、こんぶ、かまぼこ、みそ	油、さとう	とうがん、にんじん、こまつな、こんにゃく	
30	金		にぎかなとアーモンドのあめがらめ	カエリ、だいず	アーモンド、ごま、こくとう、さとう		
			カップもずく(中学校のみ)	もずく	さとう	シークワサー	
			ふかがわめし	とり肉、あさり、油あげ	こめ、油	にんじん、しいたけ、ごぼう、たけのこ、えだまめ	
			はくさいのおかかあえ	ツナ、かつおぶし	さとう	はくさい、きゅうり、にんじん	
			ドンカツ	ぶた肉	パン粉(小麦)、でんぶん、油		
			かぼちゃプリン	とうにゅう	でんぶん、さとう	かぼちゃ	

※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・ちきあぎ・なると・カニ風味かまぼこ・魚そうめんは『かまぼこ』と記載しています。
※詳しい情報が必要な方、または不明点がある場合は、上記の共同調理場までお問合せください。