

令和8年10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 卵、乳、小麦、落花生(ピーナッツ)、えび、そば、かに、クルミ				その他 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のもとになる食品	調味料
1	木		ごはん		こめ		
			ゆしどうふ	どうふ		ねぎ	
			ヌンクークワー	ぶた肉、かまぼこ、厚揚げ	さとう	だいこん、にんじん、こまつな、こんにゃく	
			しそあじひじき	ひじき、いとけずり	さとう、ごま		
2	金		むぎごはん		こめ、むぎ		
			とりにくのフォー	とり肉	フォー、ごま油	にんじん、こまつな、もやし、ながねぎしょうが	
			ガバオふうそぼろいため	とり肉、ぶたレバー、だいず	油、ごま油	にんにく、たまねぎ、ピーマン、パプリカ コーン、バジル、しょうが	オイスターソース
			なし			なし	
5	月		ごはん		こめ		
			とうふとわかめのすましじる	とうふ、わかめ		えのきたけ、ながねぎ	
			にくじゃが	ぶた肉	じゃがいも、油、さとう、黒糖	にんにく、にんじん、たまねぎ、こんにゃく えだまめ	
			さばのレモンみそやき	さば、みそ	マーマレードジャム	にんにく、しょうが、レモン	
6	火		ジョア(ストロベリー)	だっしふんにゅう(乳)	さとう	いちご	
			バーガーパン	だっしふんにゅう(乳)	こむぎこ(小麦)、さとう、油		
			キャロットクリームシチュー	とり肉、しろはな豆 しろいんげん豆、豆乳	じゃがいも、油、米粉	にんじん、たまねぎ、ブロッコリー、パセリ	
			きのこのソースハンバーグ	ハンバーグ	さとう	しめじ、マッシュルーム、トマト	デミグラスソース(小麦)
		ツナサラダ	ツナ	卵なしマヨネーズ、さとう	キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン		
7	水		ごはん		こめ		
			にらたまスープ	たまご(卵)、とうふ	でんぶん、ごま油	たまねぎ、にら、しいたけ	
			やきぎょうぎ	ぶた肉、とり肉、大豆粉	ラード、でんぶん、さとう、こむぎこ(小麦)、油 水あめ、でんぶん	キャベツ、たまねぎ、にら、しょうが	
			ぶたキムチいため	ぶた肉	油、ごま油	にんにく、キャベツ、たまねぎ、にんじん にら、トマト、しょうが	
8	木		ごはん		こめ		
			とうにゅういりとんじる	ぶた肉、油あげ、みそ、豆乳	じゃがいも	だいこん、にんじん、ごぼう、こまつな こんにゃく	
			キャベツいりひらつくね	とり肉、えんどう豆、かつおぶし	ラード、でんぶん、さとう	キャベツ、しょうが	
			しらすのあえもの	わかめ、しらす	ごま、さとう、ごま油	きゅうり、だいこん	
9	金		こぎつねごはん	ぶた肉、油あげ、かまぼこ	こめ、むぎ、油、ごま油	にんじん、しいたけ、ねぎ	
			まぐろのいそペフライ	まぐろ、青のり	パン粉(小麦)、でんぶん、油		
			こまつなのおかかあえ	とり肉、かつおぶし	さとう	こまつな、だいこん	
			ブルーベリータルト	豆乳、大豆粉	さとう、米粉、油、水あめ、でんぶん	ブルーベリー、こんにゃく	
13	火		けんさんきのこスパゲティー	とり肉、ベーコン	スパゲティー(小麦)、油	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、しめじ エリンギ、えのきたけ、こまつな、しいたけ にんにく	
			ボークメンチカツ	ぶた肉、ぎゅう肉	さとう、でんぶん、水あめ、パン粉(小麦)、油	たまねぎ、にんにく	
			さつまいもサラダ		さつまいも、卵なしマヨネーズ、さとう	ブロッコリー、コーン	
			とうにゅうプリン	豆乳	さとう、水あめ、油		
14	水		ごはん		こめ		
			たまごコーンスープ	たまご(卵)、とうふ	でんぶん、ごま油	たまねぎ、チンゲンサイ、えのきたけ コーン	
			ショーロンボー	ぶた肉、とり肉、ひじき	でんぶん、パン粉(小麦)、さとう、油、ラード	キャベツ、たまねぎ、しょうが	オイスターソース
			にくだんごのあまずいため	肉団子	油、さとう	にんじん、たまねぎ、ピーマン、たけのこ れんこん、しいたけ、にんにく、トマト	
15	木		むぎごはん		こめ、むぎ		
			さかなじる	赤魚、とうふ		だいこん、こまつな、しょうが	
			パパイイリチー	ぶた肉、ツナ	油	パパイア、にんじん、にら	
			ぎっくこいりあがらみそ	えんどう豆、ひよこ豆、レンズまめ、大豆 あずき、みそ	むぎ、玄米、赤米、たかきび、でんぶん、さとう 油		
16	金		にくやさいそば(しる)			ねぎ、しょうが	
			にくやさいそば(めん)		こむぎこ(小麦)、油		
			にくやさいそば(く)	ぶた肉、かまぼこ	油	にんじん、たまねぎ、キャベツ、こまつな	
			だいがくいも		さつまいも、油、水あめ、黒糖		
19	月		ごはん		こめ		
			じゃがいものみそじる	油あげ、わかめ、みそ	じゃがいも	こまつな	
			ししゃもフライ	ししゃも	パン粉(小麦)、こむぎこ(小麦)、油		
			あつあげのいためもの	ぶた肉、厚揚げ、かつおぶし	油	にんじん、たまねぎ、にら、しょうが	
			ミルメーク(キャラメル)		さとう		
20	火		ゴッパパン	だっしふんにゅう(乳)	こむぎこ(小麦)、さとう、油		
			かぼちゃスープ	とり肉、豆乳	じゃがいも、油、米粉	かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、パセリ	
			チリコンカン	ぶた肉、ぶたレバー、大豆、ひよこ豆 青えんどう豆、赤いんげん豆	油、さとう	たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく トマト	デミグラスソース(小麦)
			メープルジャム		さとう、メープルシュガー	寒天	
21	水		ごはん		こめ		
			とうがんのそぼろに	ぶた肉、とり肉、厚揚げ	さとう、油	とうがん、たまねぎ、にんじん、しいたけ にんにく、しょうが	
			ささみチーズフライ	とり肉、チーズ(乳)	こむぎこ(小麦)、パン粉(小麦)、油、でんぶん	ほうれん草	
			きゅうりとしらすのうめあえ	わかめ、しらす	ごま、さとう	きゅうり、白菜	
22	木		オムライス(チキンライス)	とり肉、ベーコン	こめ、むぎ、油	にんじん、コーン、たまねぎ、グリーンピース にんにく、トマト	
			オムライス(たまごシート)	たまご(卵)	でんぶん、油		
			マカロニサラダ	ツナ	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	
			ミニケチャップ		さとう	トマト	
23	金		ごはん		こめ		
			サムゲタンスープ	とり肉	むぎ、でんぶん	だいこん、にんじん、ながねぎ、しょうが にんにく	
			ぶたにくのブルコギどん	ぶた肉	春雨、ごま油、さとう、でんぶん	にんにく、キャベツ、にんじん、たまねぎ パプリカ、しめじ、にら	
			しおごまサラダ	のり	ごま	キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン	
26	月		むぎごはん		こめ、むぎ		
			チキンカレー	とり肉、ぶたレバー	じゃがいも、油、米粉	にんじん、たまねぎ、トマト、にんにく	
			ブロッコリーチーズサラダ	チーズ(乳)	クルトン(小麦)、さとう	ブロッコリー、きゅうり、パプリカ、コーン	
			バーカーハウスパン	だっしふんにゅう(乳)	こむぎこ(小麦)、さとう、油		
27	火		むぎいりクリームスープ	とり肉、豆乳	じゃがいも、むぎ、米粉、油	はくさい、たまねぎ、にんじん、しめじ、パセリ	
			サメカレーフライ	もうかぎめ	こむぎこ(小麦)、パン粉(小麦)、でんぶん、油		
			コールスローサラダ			キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン	
			ゆかりむぎごはん		こめ、むぎ		
28	水		とりにくとだいこんのにつけ	とり肉、厚揚げ、かまぼこ、こんぶ	油、さとう	だいこん、にんじん、こまつな、こんにゃく しいたけ	
			こざかなとアーモンドのこくとうがらめ	いわし、大豆	アーモンド、ごま、黒糖、さとう		
			オレンジ			オレンジ	
			むぎごはん		こめ、むぎ		
29	木		マーボーはるさめ	とうふ、ぶた肉、みそ	春雨、油、さとう、ごま油、でんぶん	にんじん、たまねぎ、にら、しいたけ きくらげ、にんにく、しょうが	オイスターソース
			バンバンジー	とり肉、みそ	ごま、ごま油、さとう	きゅうり、キャベツ、にんじん	
			かき			かき	
			ガリニャーダ	とり肉	こめ、むぎ、油	たまねぎ、コーン、グリーンピース、パプリカ にんにく、トマト	
30	金		フェジョアード	ぶた肉、大豆、ひよこ豆、青えんどう豆 赤いんげん豆	じゃがいも、マカロニ(小麦)、油、さとう	たまねぎ、にんじん、にんにく、トマト	
			ハロウィンゼリー		さとう	みかん、ぶどう	

※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。
※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。