令和8年7月　詳細献立表（アレルギー）

北中城学校給食共同調理　(098)935-3545

※「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9品目及び下記の品目について表示しています。

表示義務（特定原材料）9品目	その他
卵、乳、小麦、落花生（ピーナッツ）、えび、そば、かに、くるみ、カシューナッツ	※　あさり・もずく・アーサ・しらす・カエリに関しては、えび・かにが混入している可能性があるため●マークがつきます。 ※　醤油と酢に含まれる「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。 ※　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。 ※　給食を食べる前に、必ず内容を確認してください。 ※　材料、天候等により、献立を変更する場合があります。

日	曜日	こんだて	（あか）おもに体をつくるもとになる食品	（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とになる食品	調味料
1	水	ごはん		米		
		豚肉と野菜の生姜炒め	豚肉	三温糖,油	しょうが,キャベツ,たまねぎ,にんじん,もやし,ピーマン	しょうゆ,本みりん,酒,塩
		●アーサのスープ	●アーサ,●卵	かたくり粉	たまねぎ,にんじん,えのきたけ	塩,しょうゆ,酒,かつお節,鶏がら
		鶏肉の照り焼き	鶏肉	三温糖	おろしにんにく,おろししょうが	しょうゆ,本みりん
2	木	ごはん		米		
		レンコンと牛肉の炒め	牛肉	三温糖,ごま,油	おろしにんにく,れんこん,たまねぎ,にんじん,いんげん	酒,しょうゆ,本みりん,塩
		ツナマヨ和え	ツナ	卵抜きマヨネーズ,ねりごま,ごま,三温糖	キャベツ,ゴーヤー,にんじん,コーン	塩
		もも缶			黄桃	
3	金	●きな粉あげパン	きな粉,●脱脂粉乳	●コッペパン（小麦、乳、大豆）,三温糖,アーモンド粉末,黒糖,大豆油		
		アスパラコーンソテー	無添加ウインナー	油	グリーンアスパラ,いんげん,コーン,にんじん	塩,こしょう
		●ABCスープ	鶏肉	●マカロニ(小麦),じゃがいも,三温糖	たまねぎ,にんじん,セロリー,トマト,キャベツ	トマトソース,しょうゆ,ウスターソース,塩,こしょう,鶏がら
6	月	ごはん		米		
		●麻婆ズッキーニ	豚肉,大豆,豆腐（大豆）,赤みそ（大豆）	三温糖,油,ごま油,かたくり粉	なす,ズッキーニ,たまねぎ,にんじん,たけのこ,にら,しょうが,おろしにんにく	しょうゆ,●テンメンジャン（小麦 大豆 ごま）,トウバンジャン,酒,塩,チキンブイヨン（鶏肉）
		チンゲン菜のスープ	鶏肉	かたくり粉	チンゲンサイ,コーン,にんじん,長ねぎ,しいたけ	しょうゆ,塩,本みりん,鶏がら,かつお節
		●もずくチヂミ	豚肉,●もずく,●卵	●小麦粉,かたくり粉,ごま油	にら,にんじん,たまねぎ	塩
7	火	枝豆おこわ	鶏肉	米,もち米　,ごま,油	あお豆（大豆）,にんじん,ごぼう,しいたけ	しょうゆ,塩,本みりん,酒,かつお節
		●七夕そうめん汁	魚そうめん,●もずく		にんじん	本みりん,塩,しょうゆ,かつお節,昆布だし
		星のハンバーグ	星のハンバーグ（大豆、鶏肉、豚肉、たまねぎ、豚脂、植物性たんぱく、砂糖、ぶどう糖、食塩、酵母エキス、トマトペースト、にんにくペースト、しょうゆ、しょうがペースト、でん粉）			
		星のハンバーグ(ソース)		三温糖		トマトケチャップ,ウスターソース,赤ワイン
		くだもの			ぶどう(予定)	
8	水	●カレーうどん	豚肉,なると,油揚げ（大豆）	●うどん（小麦）,三温糖	にんじん,たまねぎ,はくさい,こまつな,しいたけ,長ねぎ	●カレールウ（小麦、大豆、鶏肉、牛肉）,カレー粉,しょうゆ,本みりん,塩,かつお節
		ごぼうサラダ	無添加ハム	卵抜きマヨネーズ,ねりごま,ごま,三温糖	ごぼう,きゅうり,にんじん	しょうゆ
		●メンチカツ	●国産豚肉のメンチカツ（大豆、小麦、豚肉、植物性たんぱく、たまねぎ、パン粉、砂糖、トマトケチャップ、コーンフラワー、植物油脂、でん粉、しょうゆ、食塩、酵母エキス）,大豆油			
		●ベビーチーズ	●チーズ（乳）			
9	木	わかめごはん		米		わかめ、食塩、さとう、
		じゃが芋の金平	豚肉	じゃがいも,大豆油,ごま,油	たまねぎ,にんじん,たけのこ,しょうが	しょうゆ,本みりん,塩
		冬瓜のみそ汁	油揚げ（大豆）,白みそ（大豆）,米みそ		とうがん,こまつな,にんじん,えのきたけ	かつお節
		くだもの			くだもの	
10	金	ごはん		米		
		シブインブシー	豚肉,厚揚げ（大豆）,結び昆布,ちきあぎ	三温糖,油	とうがん,にんじん,こんにゃく,こまつな,しいたけ	塩,酒,本みりん,しょうゆ,かつお節
		●いんげんのごま和え	ちくわ（大豆）	ごま,三温糖	いんげん,にんじん	●酢（小麦）,しょうゆ,塩
		黒糖納豆みそ	挽きわり納豆,豚肉,白みそ（大豆）,赤みそ（大豆）	三温糖,黒糖,油	しょうが,こねぎ	本みりん
13	月	ごはん		米		
		●ハヤシライス	牛肉	油,●小麦粉,三温糖	たまねぎ,にんじん,セロリー,トマト,マッシュルーム,おろしにんにく	●ハヤシルウ（小麦、大豆、牛肉）,トマトピューレー,トマトケチャップ,ウスターソース,●デミグラスソース（小麦 鶏肉）,赤ワイン,リンゴピューレー,塩,鶏がら
		フラワーサラダ		卵抜きマヨネーズ,三温糖	ブロッコリー,カリフラワー,コーン,にんじん,きゅうり,シークヮーサー果汁	粒入りマスタード,こしょう
14	火	キムタクごはん	豚肉	米,油,ごま油	白菜キムチ（魚介エキス、大豆）,たくあん,たまねぎ,長ねぎ,あお豆（大豆）,おろしにんにく,おろししょうが	酒,しょうゆ,キムチの素（魚介エキス、大豆）,塩,こしょう,チキンブイヨン（鶏肉）
		わかめと豆腐のスープ	絹ごし豆腐（大豆）,わかめ		えのきたけ,しいたけ	しょうゆ,塩,本みりん,かつお節
		バンウースー	無添加ハム	縁豆はるさめ,ごま,ごま油,三温糖	きゅうり,もやし,にんじん	しょうゆ,りんご酢,塩
		●多菜包子	●多菜包子（豚肉、鶏肉、豚脂、でん粉、小麦、大豆、乳、ごま、キャベツ、たまねぎ、しょうが、パン粉、しょうゆ、ひじき、砂糖、ごま油、発酵調味料、オイスターソース、食塩）			
15	水	●コッペパン		●コッペパン（小麦、乳、大豆）		
		●マカロニのカントリー炒め	豚肉,無添加ウインナー	●マカロニ（小麦）,油	にんじん,たまねぎ,マッシュルーム,コーン,おろしにんにく	ケチャップ,●デミグラスソース（小麦 鶏肉）,ウスターソース,とんかつソース（りんご）,カレー粉,塩
		ジュリエンヌスープ	無塩せきベーコン		キャベツ,たまねぎ,にんじん,セロリー,パセリ	塩,こしょう,鶏がら
		ホワイトジャム	白花豆　白いんげん豆	三温糖,はちみつ	レモン果汁	
16	木	ごはん		米		
		ゴーヤーのみそ炒め	豚肉,赤みそ（大豆）	三温糖,ごま油,ごま	ゴーヤー,にんじん,たまねぎ	酒
		きのこのすまし汁	油揚げ（大豆）		だいこん,こまつな,しめじ,えのきたけ,しいたけ	しょうゆ,本みりん,塩,かつお節,昆布だし
		魚の蒲焼き	さば	かたくり粉,大豆油,三温糖	おろししょうが	しょうゆ,酒,本みりん
		くだもの			すいか(予定)	
17	金	●冷やし中華（めん）		●中華めん（小麦 大豆）		
		●冷やし中華（たれ）		,三温糖,ごま油	しょうが	本みりん,しょうゆ,●酢（小麦）,りんご酢,塩,かつお節
		●冷やし中華（錦糸卵）	●錦糸卵			
		冷やし中華（ナムル）	無添加ハム		きゅうり,もやし,しょうが	
		小松菜と油揚げのごま炒め	豚肉,油揚げ（大豆）	ごま,油,三温糖	こまつな,にんじん	しょうゆ,酒
		メロンゼリー	メロンゼリー(ぶどう糖、砂糖、水あめ、果糖、メロン果汁、ゲル化剤（増粘多糖類）)			

令和8年8月　詳細献立表（アレルギー）

北中城学校給食共同調理　(098)935-3545

※「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9品目及び下記の品目について表示しています。

表示義務（特定原材料）9品目	その他
卵、乳、小麦、落花生（ピーナッツ）、えび、そば、かに、くるみ、カシューナッツ	※　あさり・もずく・アーサ・しらす・カエリに関しては、えび・かにが混入している可能性があるため●マークがつきます。 ※　醤油と酢に含まれる「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。 ※　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。 ※　給食を食べる前に、必ず内容を確認してください。 ※　材料、天候等により、献立を変更する場合があります。

日	曜日	こんだて	（あか）おもに体をつくるもとになる食品	（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とになる食品	調味料
24	月	ごはん		米		
		●夏カレー	豚肉	じゃがいも,油,●小麦粉	にんじん,たまねぎ,かぼちゃ,なす,ゴーヤー,トマト,おろしにんにく	カレー粉,●カレールウ（小麦,牛肉,鶏肉,大豆）,ウスターソース,チャツネ（りんご）,塩,ポークブイヨン（鶏肉、豚肉）
		フルーツカクテル		カクテルゼリー(もも、りんご、大豆)	パイナップル,みかん,黄桃缶,ナタデココ,シークヮーサー果汁	
25	火	彩りピラフ	無添加ウインナー	米,油	にんじん,たまねぎ,コーン,赤ピーマン,いんげん,マッシュルーム,おろしにんにく	白ワイン,塩,こしょう,チキンブイヨン（鶏肉）
		●コーンクリームスープ	鶏肉,●脱脂粉乳,●生クリーム（乳）	じゃがいも,●小麦粉,油	とうもろこし,にんじん,たまねぎ	●ホワイトルウ（小麦 乳 大豆 鶏肉 牛肉）,塩,こしょう,鶏がら
		●魚のピザ焼き	ホキ,●チーズ（乳）		ピーマン,たまねぎ,コーン,トマト	ケチャップ,オレガノパウダー,バジル粉,塩,こしょう
26	水	ごはん		米		
		●人参シリシリー	ツナ,●卵	油	にんじん,たまねぎ,にら	塩,しょうゆ
		沖縄みそ汁	豚肉,木綿豆腐（大豆）,麦みそ（大豆）	じゃがいも	こまつな,にんじん,もやし	かつお節
		タピオカアンダギー		紅芋,タピオカ粉,白玉粉,三温糖,大豆油		
28	金	ごはん		米		
		●もずく丼（具）	●もずく,牛肉,豚肉	油,三温糖,かたくり粉	にんじん,たまねぎ,こまつな,しょうが,おろしにんにく	しょうゆ,本みりん,トウバンジャン,塩,こしょう,かつお節
		小松菜と卵のみそ汁	絹ごし豆腐（大豆）,わかめ,●卵,白みそ（大豆）,米みそ		こまつな,えのきたけ	かつお節,昆布だし
		きなこ大豆	大豆,きな粉	三温糖		
31	月	●夏野菜スパゲティ	無塩せきベーコン	●スパゲッティ（小麦）,油,三温糖	たまねぎ,ピーマン,黄ピーマン,トマト,なす,ズッキーニ,おろしにんにく	ケチャップ,トマトピューレー,ウスターソース,塩,こしょう,チキンブイヨン（鶏肉）
		●枝豆サラダ	ツナ	三温糖,油	あお豆（大豆）,コーン,キャベツ,にんじん,きゅうり	●酢（小麦）,しょうゆ,塩,こしょう
		●ミルク蒸しパン	●卵,●加工乳	●小麦粉,三温糖,油,ごま		ベーキングパウダー