

令和6年度9月 詳細献立表(アレルギー)

沖縄県立美咲特別支援学校

※「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7品目及び下記の品目について表示しています。

938-1037

表示義務(特定原材料)7品目		その他
卵、乳、小麦、落花生(ピーナッツ)、えび、そば、かに		あわび、いか、いくら、さけ、さば、牛肉、鶏肉、豚肉、大豆、ごま、まつたけ、やまいも、オレンジ キウイフルーツ、もも、りんご、くるみ、ゼラチン、バナナ、カシューナッツ
※ 醤油と酢に含まれる「小麦」は表示していませんが、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	食 品 材 料 名
2	月	牛乳 ハヤシライス コロコロサラダ 元氣ヨーグルト	米、麦、パセリ ★牛肉、赤ワイン、にんにく、にんじん、たまねぎ、ブロッコリー、マッシュルーム、オリーブ油、★ハヤシルウ、★デミグラスソース、トマトペースト、塩 白いんげん豆ペースト ★無添加ハム、きゅうり、黄ピーマン、★大豆、★あお豆、レッドキドニー、★タンカンドレッシング(果糖ぶどう糖液糖、さとう、たんかん果汁 食用植物油、★醸造酢(★小麦)、塩、濃縮レモン果汁、香辛料、★調味料(★大豆、★ゼラチン) ★脱脂粉乳、ぶどう糖果糖液糖、さとう、★全粉乳、★ゼラチン、寒天、乳酸Ca、香料、ピロリン酸鉄
3	火	牛乳 雑穀ごはん 豆腐の香味だれかけ ひじきのナムル 肉団子のみそ汁	米、国産五穀米(胚芽押麦、精白もちぎ、丸麦、黒米、赤米)、乳カル酵素 ★とうふ、長ねぎ、しょうが、にんにく、★ごま油、★しょうゆ、料理酒、三温糖、塩、こしょう ひじき、小松菜、にんじん、もやし、★いりごま、★ごま油、★しょうゆ、おろし生にんにく ★肉団子(★鶏肉、★豚肉、たまねぎ、★パン粉(小麦)、粉末状植物性たん白、でん粉、炭酸Ca、酵母エキス、香辛料(ナツメグ、黒こしょう) 塩、ピロリン酸第二鉄)、だいこん、にんじん、しいたけ、ごぼう、かつおだし、★麦みそ
4	水	牛乳 わかめご飯 ひじき入り厚焼き玉子 豚肉とれんこんの味噌炒め 小松菜のおすまし バナナ	米、麦、炊きこみわかめ(塩蔵わかめ、塩、さとう、酵母エキス) ★卵、ひじき、だし汁(★しょうゆ、糖類、風味原料(かつおエキス、凝縮煮干し)、塩)、でん粉、にんじん、さとう、塩、植物油 ★豚肉、★しょうゆ、料理酒、れんこん、ブロッコリー、たまねぎ、赤ピーマン、★赤みそ、三温糖、本みりん、塩、こめ油 小松菜、しめじ、かつおだし、昆布だし、★うすくちしょうゆ、塩 ★バナナ
5	木	牛乳 あみパン 豚肉のトマトソースかけ コールスローサラダ 豆とハムのスープ ストロベリージャム	★小麦粉、★脱脂粉乳、さとう、★ショートニング、イースト、塩 ★豚肉、白ワイン、塩、こしょう、トマトホール缶、たまねぎ、オリーブ油、白いんげん豆ペースト、★冷凍チキンブイオン、★パルメザンチーズ ローレル、パセリ キャベツ、きゅうり、にんじん、とうもろこし、★エッグケアマヨネーズ、オリーブ油、★りんご酢、はちみつ、塩、こしょう ★無添加ハム、白いんげん豆、にんじん、たまねぎ、セロリー、キャベツ、オリーブ油、おろし生にんにく、★レトルトチキンブイオン ★冷凍チキンブイオン、★うすくちしょうゆ、塩、こしょう 食物繊維(ポリデキストロース)、いちご、さとう、ゲル化剤(ペクチン)、酸味料、香料
6	金	牛乳 ホロボロジュシー きゅうりの梅和え さつまポテト	米、おし麦、★豚肉、にんじん、だいこん、ハンダマ、バクチョイ、カンダバー、しいたけ、塩、しょうゆ、かつおだし きゅうり、キャベツ、しらす干し、カリカリ梅(塩蔵梅(梅、塩、赤しそ液)、ぶどう糖、でん粉、昆布エキス、昆布エキステキストリン、酸味料、炭酸Ca) みりん風調味料(水あめ、米と米麴の醸造調味料、塩、グルタミン酸ナトリウム、コハク糖、5'リボヌクレオチダイドナトリウム、乳酸)
9	月	牛乳 あわこはん 鶏肉のレモンソースかけ ブロッコリー炒め へちまのみそ汁 オレンジ	米、もちぎ、乳カル酵素 ★鶏肉、塩、こしょう、でん粉、レモン果汁、三温糖、★うすくちしょうゆ、青のり ブロッコリー、とうもろこし、キャベツ、にんじん、★無添加ハム、こしょう、塩、★無塩バター へちま、シーチキンフレーク、かつおだし、★麦みそ ★オレンジ
10	火	牛乳 黒米ご飯 五目揚豆腐 ミミガーのごま和え イナムドウチ ちんすこう 麦ごはん	米、黒米 ★とうふ、にんじん、★えだ豆、たけのこ、たまねぎ、魚肉すり身、植物油、ひじき、粉末状植物性たん白、さとう、塩、★小麦粉、でん粉 たん白加水分解物、デキストリン、★ポークエキス、★大豆油、★調味料(アミノ酸等(★鮭))、豆腐用凝固剤、膨張剤 ★豚耳皮、きゅうり、もやし、★ねりごま、★白みそ、★りんご酢、三温糖、みりん風調味料(水あめ、米と米麴の醸造調味料、塩、グルタミン酸ナトリウム コハク糖、5'リボヌクレオチダイドナトリウム、乳酸) ★豚肉、カステラかまぼこ、しいたけ、切こんにゃく、かつおだし、★甘口白みそ ★小麦粉、さとう、★ラード、膨張剤
11	水	牛乳 いわしのかぼすレモン煮 春雨サラダ 冬瓜スープ	米、麦 いわし、さとう、★しょうゆ、かぼす果汁、レモンペースト(レモン、さとう、還元水あめ)、本みりん、でん粉、レモン果汁、塩 春雨、にんじん、きゅうり、★無添加ハム、こめ油、★ねりごま、★すりごま、三温糖、塩、★りんご酢、★しょうゆ とうがん、にんじん、えのきたけ、かつおだし、★冷凍チキンブイオン、料理酒、★うすくちしょうゆ、塩、こしょう
12	木	牛乳 発芽玄米ご飯 キャベツ入り平つくね ゴーヤー炒め きのこのみそ汁 ふりかけ	米、乳カル酵素、ぶちっとモチ玄米、もちぎ キャベツ、★鶏肉、★豚脂、つなぎ(でん粉、えんどう豆たん白)、さとう、発酵調味料、塩、かつお節、しょうが、酵母エキス、香辛料(ガーリック) ゴーヤー、にんじん、たまねぎ、もやし、にんにく、★豚肉、★しょうゆ、塩、こめ油 しめじ、えのきたけ、わかめ、しいたけ、かつおだし、★赤みそ ★いりごま、でん粉、米胚芽、塩、★しょうゆ、かつお削り節、さとう、たん白加水分解物、のり、デキストリン、かつおエキスパウダー、麦芽糖 エキス(酵母、かつお)、アオサ、抹茶、★粉末しょうゆ、でん粉、未焼成カルシウム、酸化防止剤(ビタミンE)、ビタミンA、ビタミンB1ビタミンB2
13	金	牛乳 スパゲティーナポリタン 鶏肉のバジル焼き ジャコサラダ	★スパゲティー、オリーブ油、★無添加ベーコン、★無添加ウインナー、★豚肉、にんじん、たまねぎ、ズッキーニ、マッシュルーム、ピーマン 三温糖、こしょう、トマトピューレー、トマトケチャップ、塩、おろし生にんにく、★デミグラスソース、★ウスターソース ★鶏肉、塩、料理酒、★ジェノバペースト(なたね油、オリーブオイル、バジル、★パルメザンチーズ、★チェダーチーズ、にんにく、塩、さとう) キャベツ、きゅうり、白いんげん豆、しらす干し、★しょうゆ、★りんご酢、三温糖
17	火	牛乳 栗ご飯 うさぎ型ハンバーグ 三色ごま和え さつま汁 お月見デザート	米、もち米、乳カル酵素、栗煮(くり、さとう、ビタミンC、クチナシ黄色素)、塩、★いりごま ★鶏肉、たまねぎ、★豚脂、★粒状植物性たん白(★大豆)、★豚肉、さとう、水溶性食物繊維、酵母エキス、塩、トマトペースト、ぶどう糖 にんにくペースト、香辛料、しょうがペースト、でん粉、炭酸Ca、セルロース、ピロリン酸第二鉄 にんじん、春雨、きゅうり、キャベツ、★いりごま、かつお糸けずり、三温糖、★しょうゆ、★りんご酢 ★豚肉、里芋、だいこん、にんじん、ごぼう、しいたけ、ねぎ、かつおだし、★麦みそ 果糖ぶどう糖液糖、ぶどう糖、さとう、デキストリン、果糖、みかん果汁、ブルーベリー果汁、寒天、でん粉、乳酸Ca、ゲル化剤、酸味料 ★香料(オレンジ)、着色料、クエン酸鉄Na
18	水	牛乳 黒糖パン ポークビーンズ オニオンスープ りんごゼリー	★小麦粉、★脱脂粉乳、★ショートニング、イースト、塩、黒糖 ★豚肉、ミックスビーンズ(ガルバンゾー、マローファットビーズ、レッドキドニー、塩)、★ポークビーンズ(★大豆、さとう、トマトペースト、★小麦粉 香辛料、塩、★豚脂、調味料(アミノ酸))、にんじん、たまねぎ、じゃがいも、セロリー、ピーマン、こめ油、トマトピューレー、トマトケチャップ ★ウスターソース、おろし生にんにく、塩、★レトルトポークブイオン たまねぎ、クリームコーン(とうもろこし、塩、でん粉)、★無添加ベーコン、★レトルトチキンブイオン、塩、こしょう、こめ油 ★りんごジュース、グラニュー糖、アガー
19	木	牛乳 セーフアン かけ汁 具 さつまいも天ぷら 冷凍みかん	米 かつおだし、塩、★しょうゆ、しょうが ★錦糸卵(★液卵、さとう、塩、★粉末卵黄、でん粉、リン酸塩(Na)、増粘剤、カロチノイド色素) しいたけ、きくらげ、にんじん、からし菜、こめ油、かつおだし、塩、★しょうゆ、三温糖 さつまいも、天ぷら粉(★小麦粉、でん粉、膨張剤、着色料製剤(ビタミンB2、カロテン))、★小麦粉、塩、揚げ油(なたね油、パーム油)、★大豆油 みかん

裏面へ続く♪

各学級担任・保護者の方へ
食物アレルギーを持つ児童生徒がいる学級、ご家庭では、必ずアレルギー表を両面確認するようお願いいたします。



20	金		うっちゃんライス チキンカチャトルー キャベツのスープ ガトーンビジブル	米、麦、乳カル酵素、うっちゃん、バセリ ★鶏肉、塩、こしょう、白ワイン、にんじん、たまねぎ、マッシュルーム、赤ピーマン、ピーマン、★大豆、にんにく、こめ油、トマトダイス缶、トマトケチャップ トマトビュレー、★冷凍チキンブイヨン、ローレル にんじん、えのきたけ、キャベツ、★レトルトポークブイヨン、★うすくちしょうゆ、塩、こしょう ★ホットケーキミックス(★小麦粉、さとう、ぶどう糖、植物油、塩、膨張剤、香料、増粘剤(キサンタンガム)、着色料(ビタミンB2))、★豆乳、上白糖 ★マヨネーズ(★食用植物油脂(★大豆)、★卵黄、★醸造酢(★りんご)、塩、香辛料、調味料(アミノ酸))、★りんご、★バナナ、バニラエッセンス
24	火		麦ごはん 豆腐のきのこあんかけ 豚肉と糸こんにゃくの炒め物 もずくのみそ汁	米、麦 ★とうふ、えのきたけ、しめじ、ねぎ、かつおだし、本みりん、★しょうゆ、塩、おろし生しょうが、でん粉 ★豚肉、糸こんにゃく、★厚揚げ、たまねぎ、はくさい、パクチョイ、おろし生にんにく、こめ油、三温糖、本みりん、料理酒、★しょうゆ、塩 もずく、しいたけ、かつおだし、★麦みそ
25	水		発芽玄米ご飯 鶏肉の梅しょうゆ焼き ゴーヤンブシー 大根のすまし汁 ぶどうゼリー	米、乳カル酵素、ぶちっとモチ玄米、もちきび、★いりごま ★鶏肉、料理酒、こめ油、梅びしお(梅ペースト、★りんご加工品、さとう、調味料(アミノ酸)、アントシアニン色素、香料)、★しょうゆ、三温糖 ★豚肉、★とうふ、ゴーヤー、にんじん、こめ油、三温糖、★赤みそ、本みりん、★レトルトポークブイヨン、でん粉 だいこん、長ねぎ、わかめ、かつおだし、★しょうゆ、塩 ぶどう果汁、糖類(果糖ぶどう糖液糖、さとう)、難消化性デキストリン、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、クエン酸鉄Na、香料
26	木		雑穀ごはん 厚焼き玉子 干草和え 炒めわかめのスープ ミニフィッシュ(ゴマなし)	米、国産五穀米(胚芽押麦、精白もちきび、丸麦、黒米、赤米)、乳カル酵素 ★卵、★切麩、しらす干し、青のり、にんじん、塩、★うすくちしょうゆ、本みりん、かつおだし、こめ油 小松菜、キャベツ、にんじん、★油揚げ、とうもろこし、塩、上白糖、★うすくちしょうゆ わかめ、おろし生にんにく、長ねぎ、★ごま油、★冷凍チキンブイヨン、料理酒、★しょうゆ、塩、こしょう、★いりごま カタクチイワシ、さとう、でん粉分解物、塩
27	金		あわごはん 魚のパン粉焼き きんぴられんこん 冬瓜のみそ汁 梨	米、もちきび しいら、塩、こしょう、よもぎ、ビクルス(きゅうり)、漬け汁(砂糖・ぶどう糖果糖液糖、醸造酢、塩、香辛料)、酸味料、増粘剤(キサンタンガム) 香辛料、ウコン色素、ミョウバン、フィチン酸)、にんにく、★パルメザンチーズ、★パン粉(★小麦粉、上白糖、★ショートニング、イースト、塩 ★大豆粉、イーストフード)、オリーブ油、レモン果汁 れんこん、にんじん、切こんにゃく、たけのこ、★豚肉、こめ油、かつおだし、★しょうゆ、本みりん、三温糖、塩、★七味唐辛子(唐がらし、陳皮 ★ごま、山椒、けしの実、しょうが、青のり) とうがん、えのきたけ、ねぎ、★麦みそ、かつおだし 梨
30	月		麦ごはん ブリブリ中華炒め 肉まん アーサのすまし汁 りんご	米、麦 ★鶏肉、★ごま油、料理酒、★しょうゆ、にんじん、しょうが、にんにく、板こんにゃく、★うずらの卵、たけのこ、しいたけ、こめ油、三温糖、★豆板醤 ★うすくちしょうゆ、★りんご酢、でん粉 皮(★小麦粉、さとう、★ラード、イースト、植物油脂、★大豆粉、塩)、たまねぎ、キャベツ、ねぎ、しいたけ、★豚肉、★豚脂、★パン粉、★しょうゆ さとう、オイスターソース、酒、しょうが、塩、★ごま油、膨張剤、イーストフード、調味料(アミノ酸)、アルコール、カラメル色素、酸味料 アーサ、★絹ごし豆腐、かつおだし、★しょうゆ、塩 ★りんご



参 考	圧縮麺	★グルテン ★小麦粉
	パン粉	★小麦粉 イースト 食塩 ショートニング ★大豆粉末 イーストフード
	錦糸卵	★卵、さとう、塩、★粉末卵黄、でん粉
	スパゲティー	★デュラム小麦セモリナ 菜種油
	うどん	★小麦粉 食塩
	沖縄そば	★小麦粉 食塩 菜種油 かんすい
	中華めん	★小麦粉 食塩 菜種油 かんすい ぐなし色素
	オールポークウインナー(無添加ウインナー)	★豚肉 ★乳 ★大豆 ★小麦粉 さとう
	無添加ベーコン	★豚ばら肉 塩 砂糖 ★大豆たんぱく 水あめ
	無添加ハム	★豚肉 でん粉 ★大豆たんぱく 塩 ★ポークエキス 還元水あめ 香辛料 砂糖 水あめ 酵母エキス 紅麹色素
	シーチキンフレーク	きはだまぐろ 塩 野菜エキス
	とりささみちゃんく	★鶏肉、塩、醸造酢、さとう、寒天、オニオンパウダー
	丸長かまぼこ	冷凍すり身エソ 冷凍すり身スケソウ 加工でん粉タビオカ 砂糖 ★粉末状大豆たんぱく なたね油 ★大豆油 塩 馬鈴薯加工でん粉 米発酵調味料 たん白加水分解物
	白かまぼこ ※紅かまぼこは「紅麹」で表面を色づけ	冷凍すり身スケソウ 加工でん粉コーンスターチ 砂糖 調味料(L-グルタミン酸ナトリウム酵母エキス リン酸ナトリウム イノシン酸ナトリウム) 馬鈴薯加工エテンブ 貝殻焼成カルシウム(ホタテ貝殻)
	カステラかまぼこ	冷凍すり身スケソウ 加工でん粉コーンスターチ 砂糖 調味料(L-グルタミン酸ナトリウム酵母エキス リン酸ナトリウム イノシン酸ナトリウム) 馬鈴薯加工エテンブ 貝殻焼成カルシウム(ホタテ貝殻) クチナシ色素
	ちきあぎ	冷凍すり身エソ 冷凍すり身スケソウ 加工でん粉タビオカ 砂糖 ごぼう なたね油 ★大豆油 塩 馬鈴薯加工でん粉 米発酵調味料 たん白加水分解物
	ボール天	冷凍すり身エソ 冷凍すり身スケソウ 加工でん粉タビオカ 砂糖 にんじん なたね油 ★大豆油 塩 馬鈴薯加工でん粉 米発酵調味料 たん白加水分解物
	ちくわ	魚肉(スケソウ) 馬鈴薯でん粉 とうもろこしでん粉 塩 砂糖 グルタミン酸ナトリウム ブドウ糖 炭酸カルシウム 調味料(有機酸) ★大豆油 みりん
	なると	冷凍すり身スケソウ 加工でん粉コーンスターチ 砂糖 調味料(L-グルタミン酸ナトリウム イノシン酸ナトリウム グアニル酸ナトリウム) 馬鈴薯加工でん粉 酵母エキス リン酸三ナトリウム 大豆たんぱく トランスグルタミナーゼ 着色料(紅麹色素) 貝殻焼成カルシウム(ホタテ貝殻)
	魚そうめん	魚肉(スケソウタラ) でん粉 塩 水あめ みりん
	煮干しだし	いわし あじ ★さば かつお 昆布 しいたけ ※本製品で使用している魚類は、★えび ★かにを食べています。
	デミグラスソース	★小麦粉、★ラード、トマトペースト、ソテッドオニオン、★チキンエキス、にんじん、さとう、酵母エキス、でん粉(とうもろこし)、塩、黒こしょう
	ウスターソース	醸造酢 ぶどう糖果糖液糖 さとう 塩 たまねぎ にんじん トマト ★りんご 香辛料 カラメル色素 調味料(アミノ酸)
	りんご酢	★りんご果汁 アルコール
	エックケアマヨネーズ	★植物性油脂(大豆)、醸造酢、塩、さとう、粉末植物性たん白、香辛料、酵母エキスパウダー、増粘剤(加工でん粉、キサンタンガム)、調味料
	豆板醤	唐辛子発酵物、そら豆麹、食塩、小麦粉、★大豆加工品、酒精
	オイスターソース	魚介エキス かき さとう 水あめ でん粉
	カレー粉	ターメリック、コリアンダー、クミン、フェネグリーク、こしょう、赤唐辛子、ちんぴ、その他香辛料(非開示)
	カレールー	★小麦粉 ★ラード さとう ぶどう糖 カレー粉 塩 トマトペースト ★牛肉エキス オニオン ガーリック ★大豆 ★チキンエキス クローブ コリアンダー コーンパウダー ジンジャー カラメル色素
	ハヤシルウ	★小麦粉 ★ラード さとう ぶどう糖 塩 トマトペースト ★脱脂大豆 オニオン ガーリック ★チキンエキス ★牛肉エキス ローレル ペッパー コーンパウダー 米粉 シナモン カラメル色素
	ホワイトルー	★小麦粉 ★ラード パーム油 さとう ぶどう糖 塩 ★脱脂粉乳 ★脱脂大豆 オニオン ガーリック ★チキンエキス ★牛肉エキス ローレル ペッパー コーンパウダー 米粉 粉末チーズ
	スープベースポタージュ	★小麦粉 塩 たまねぎ さとう ★脱脂粉乳 ★チーズ ★チキンエキス
	クノールチキンコンソメ	★乳糖 塩 ★鶏肉 砂糖 チキンファット 酵母エキス 食用油脂 タン白加水分解物 粉末しょうゆ オニオンパウダー でん粉 チキンエキス 香辛料
	冷凍チキンブイヨン	★鶏骨 たまねぎ にんじん ねぎ
	レトルトチキンブイヨン	★鶏骨 ★鶏がらエキス たまねぎ にんじん ガーリックパウダー こしょう
	レトルトポークブイヨン	★豚がらエキス ★鶏骨 ★豚骨 たまねぎ にんじん 長ねぎ しょうが ガーリックパウダー



ふりかえると
あき はじめに起きる
朝ごはんはしっかり
食べる
・トイレですっきり！

V
S



ふりかえると
・寝坊ばかり
朝ごはんぬき
・便秘 ・夜食を食べる
・夜遅くまで起きている