

2021 5月 詳細献立(アレルギー対応用)

名護第二学校給食センター

★お知らせ★ 台風等の天候や材料の都合により、献立を変更することがあります。その際は、学校からの献立変更のお知らせをご確認ください。

| 日 / 曜 日 | 献立名 | 3つのグループ(赤) (緑) (黄)の働きと使用食材名 | | | 調味料・だしなど |
|------------------|-------------|-----------------------------------|----------------------------------|---|--|
| | | 赤 おもに血・肉・骨となる 1・2群 (たんぱく質・無機質) | 緑 おもに体の調子を整える 3・4群 (ビタミン・無機質) | 黄 おもに力や熱となる 5・6群 (炭水化物・脂質) | |
| 6 / 木 | あみパン | | | あみパン (小麦 乳 大豆) | |
| | ポークビーンズ | 豚肉 大豆 | 人参 玉葱 ビーマン トマト缶 にんにく | 小麦粉 じゃがいも 三温糖 こめ油 | トマトピューレ ケチャップ ウスターソース 赤ワイン 塩 ポークフィオン |
| | 魚の香草焼き | ほき チーズ | バジル | パン粉 (小麦 乳 大豆) アーモンド オリーブ油 | 塩 こしょう |
| | キャベツのサラダ | ハム | きゃべつ 人参 コーン | 三温糖 | 酢 醤油 塩 |
| 7 / 金 | みかん | | みかん | | |
| | たけのこご飯 | 鶏肉 油揚げ(大豆) | たけのこ 人参 干し椎茸 ねぎ | 米 麦 こんにゃく こめ油 | 醤油 みりん 料理酒 冷凍がらチキン |
| | 煮物 | 鶏肉 昆布 | 人参 冬瓜 れんこん 絹さや | 三温糖 こめ油 | 塩 醤油 みりん 料理酒 かつお節 |
| 10 / 月 | いんげんのごま和え | | いんげん | ごま 三温糖 | 醤油 塩 酢 |
| | かしわもち | | かしわもち(28品目不使用) | | |
| | 麦ごはん | | | 米 麦 | |
| | 中華あんかけ | いか えび あさり 豚肉 | 干し椎茸 白菜 玉葱 人参 絹さや しょうが にんにく | 三温糖 ごま油 こめ油 でん粉 | ポークフィオン 醤油 塩 料理酒 |
| 11 / 火 | キムチ和え | くわいかめ | きゅうり 大根 | ごま 三温糖 | キムチ味(大豆) 塩 醤油 |
| | きなこナッツ | きな粉 | | アーモンド カシューナッツ 三温糖 | 塩 |
| | カレーピラフ | 鶏肉 | 人参 玉葱 ビーマン コーン | 米 麦 こめ油 | 塩 醤油 カレー粉 冷凍ガラチキン |
| 12 / 水 | 魚のきのご焼き | ほき | えのきたけ しめじ エリンギ 玉葱 赤ビーマン にんにく | こめ油 | 塩 醤油 こしょう |
| | ごぼうサラダ | 鶏肉 | ごぼう きゅうり 人参 | ごま | ごまドレッシング(大豆) |
| | バナナ | | バナナ | | |
| 13 / 木 | 麦ごはん | | | 米 麦 | |
| | 肉じゃが | 牛肉 | 人参 玉葱 いんげん | じゃがいも こんにゃく 三温糖 こめ油 | 塩 醤油 みりん 料理酒 鶏&ポーク |
| | 鯖の塩焼き | さば | にんにく | | 塩 料理酒 |
| | ごま酢和え | | きゃべつ 小松菜 人参 | ごま 三温糖 ごま油 | 薄口醤油 酢 |
| 14 / 金 | みかん | | みかん | | |
| | 揚げパン | きな粉 | | パン(小麦 乳 大豆) アーモンド 三温糖 粉末黒糖 | |
| | マッシュルームスープ | 鶏肉 牛乳 | マッシュルーム 人参 玉葱・セロリ パセリ | じゃが芋 小麦粉 マーガリン | 塩 こしょう 鶏&ポーク |
| | オムレツ | オムレツ(卵 大豆 鶏肉) | | | |
| 17 / 月 | 大豆のマリネ | 大豆 ミックスビーンズ ハム | コーン きゅうり 玉葱 シークワーサー果汁 | オリーブ油 三温糖 | 塩 こしょう |
| | スパゲティボンゴレ | あさり | 人参 玉葱 ビーマン しめじ トマト缶 にんにく | スパゲティ(小麦) こめ油 | 塩 白ワイン ケチャップ デミグラスソース 塩 こしょう |
| | 白花豆コロッケ | ベーコン(卵 乳 大豆 豚肉) | | サラダ油 | |
| | グリーンサラダ | 白花豆コロッケ(乳 小麦 大豆) | ブロッコリー アスパラガス コーン きゅうり | 三温糖 | 塩 酢 コールスロドレッシング |
| 18 / 火 | オレンジ | ちくわ | オレンジ | | |
| | 麦ごはん | | | 米 麦 | |
| | クワリシシ | 豚肉 鶏卵 | 冬瓜 干しいたけ | こんにゃく | 塩 醤油 ポークフィオン 花かつお |
| | きびなごのから揚げ | きびなご | にんにく | サラダ油 でん粉 | 醤油 料理酒 カレー粉 |
| 19 / 水 | スーナー | 豆腐 シーチキン 甘白白みそ(大豆) | にがな 小松菜 | 三温糖 | 薄口醤油 酢 |
| | ひじきの佃煮 | ひじき | しそ | 三温糖 ごま | 醤油 粉かつお |
| | かやくご飯 | 鶏肉 | 人参 干しいたけ ごぼう グリンピース | 米 麦 こめ油 | 塩 醤油 みりん 料理酒 冷凍ガラチキン |
| | 魚の黄金焼き | ほき 卵 | コーン 人参 赤ビーマン 黄ビーマン パセリ | マヨネーズ | 塩 こしょう |
| 20 / 木 | 大根とささみの生姜和え | 鶏肉 | 大根 きゅうり しょうが | ごま油 | 醤油 |
| | みかん | | みかん | | |
| | 麦ごはん | | | 米 麦 | |
| 21 / 金 | 麻婆豆腐 | 豆腐 豚肉 赤みそ | 人参 玉葱 たら しょうが にんにく | 三温糖 こめ油 ごま油 でん粉 | 塩 醤油 オイスターソース 中華ベース トウバンジャン 冷凍ガラポーク |
| | 春巻き | | 春巻き(えび 小麦 ごま 大豆 鶏肉 豚肉) | サラダ油 | |
| | もやし中華和え | | もやし 人参 きゅうり きくらげ | 春雨 三温糖 ごま油 ごま | 塩 醤油 酢 |
| 22 / 土 | 黒糖パン | | | 黒糖パン(小麦 乳 大豆) | |
| | レンズ豆のスープ | ウィンナー(鶏肉 豚肉) レンズ豆 | 玉葱 人参 パセリ にんにく | じゃが芋 | 醤油 塩 こしょう 冷凍ガラチキン |
| | グラタン | 鶏肉 牛乳 チーズ | エリンギ 玉葱 | マカロニ(小麦) 小麦粉 マーガリン | 塩 こしょう 鶏&ポーク |
| | 海藻サラダ | 海藻サラダ シーチキン | 大根 きゅうり | 三温糖 | 醤油 酢 |
| 23 / 日 | グレープフルーツ | | グレープフルーツ | | |
| | ソース焼きそば | 豚肉 青のり | 人参 もやし キャベツ たけのこ ビーマン | 中華麺(小麦 大豆) こめ油 ごま油 | 塩 ウスターソース 焼きそばソース(えび 小麦 大豆 鶏肉 豚肉 もも りんご) |
| | 梅肉和え | | きゅうり 大根 | 三温糖 | 梅びしお かつお節 |
| 24 / 月 | タピオカアップサー | きな粉 | シークワーサー果汁 | タピオカでんぷん 紅芋 ごま 三温糖 | 塩 |
| | アーモンド | | | アーモンド | |
| | 麦ごはん | | | 米 麦 | |
| | もずく丼 | もずく 豚肉 | 玉葱 人参 ビーマン コーン しょうが | こめ油 三温糖 | 醤油 塩 みりん 料理酒 鶏&ポーク |
| 25 / 火 | みそ汁 | 油揚げ(大豆) 赤みそ 白みそ | しめじ 小松菜 | じゃがいも | かつお節 |
| | きゃべつのレモン和え | しらす シーチキン | キャベツ きゅうり 赤ビーマン レモン果汁 | 三温糖 | 塩 薄口醤油 酢 |
| | あじさいご飯 | 鶏肉 | 人参 玉葱 あお豆 梅 | 米 麦 黒米 紅芋 こめ油 | カリカリ梅 塩 薄口醤油 みりん 料理酒 冷凍ガラチキン |
| | 豆腐生姜あんかけ | 豆腐(大豆) | しょうが | 三温糖 でん粉 | 醤油 みりん |
| 26 / 水 | アーモンド和え | | もやし きゃべつ 小松菜 | アーモンド 三温糖 | 醤油 塩 |
| | オレンジ | | オレンジ | | |
| | 麦ごはん | | | 米 麦 | |
| 27 / 木 | 貝だくさんみそ汁 | 鶏肉 赤みそ 白みそ | 人参 玉葱 ほうれん草 しいたけ | じゃがいも | かつお節 |
| | さんまのかば焼き風 | さんま | しょうが | 小麦粉 サラダ油 三温糖 でん粉 ごま | 醤油 みりん 料理酒 |
| | さんまの和え物 | ちくわ | 切干大根 きゅうり 人参 | 三温糖 ごま油 | 酢 塩 醤油 |
| | コッペパン | | | コッペパン(小麦 乳 大豆) | |
| 28 / 金 | ABCスープ | 鶏肉 | 玉葱 人参 きゃべつ | マカロニ(小麦) こめ油 | 醤油 塩 こしょう 冷凍ガラチキン |
| | スクランブルエッグ | 鶏卵 | 玉葱 パセリ | こめ油 | 塩 こしょう |
| | ミニケチャップ | | | | ケチャップ |
| | フルーツ白玉 | | みかん パナナ バイン ナタデココ シークワーサー果汁 | グラニュー糖 白玉餅 | |
| 29 / 土 | スパゲティミートソース | 牛肉 豚肉 大豆たんぱく | パセリ 玉葱 人参 ビーマン にんにく トマト缶 | スパゲティ(小麦) オリーブ油 こめ油 三温糖 | デミグラスソース ケチャップ ウスターソース 塩 赤ワイン |
| | ブロッコリーサラダ | | ブロッコリー カリフラワー きゅうり コーン | | ごまドレッシング(大豆) |
| | 抹茶ケーキ | 鶏卵 牛乳 小豆 | 抹茶 | 薄力粉 ケーキミックス(小麦 乳 大豆) ベーキングパウダー グラニュー糖 マーガリン | |
| 30 / 日 | 麦ごはん | | | 米 麦 | |
| | かきたま汁 | 鶏卵 豆腐(大豆) あおさ | | でん粉 | 塩 醤油 薄口醤油 料理酒 みりん 粉かつお |
| | 鮭のみそマヨ焼き | 鮭 白みそ | 青ねぎ | ノンエッグマヨネーズ | 料理酒 塩 こしょう みりん |
| | もやし炒め | 豚肉 | もやし 人参 しめじ 小松菜 | こめ油 | 醤油 塩 オイスターソース |
| 31 / 月 | オレンジ | | オレンジ | | |

調味料・調理加工品に関しては、アレルギー28品目(乳・卵・小麦・そば・ピーナッツ・えび・かに・あわび・いか・いくら・オレンジ・キウイフルーツ・牛肉・くるみ・鮭・さば・大豆・鶏肉・豚肉・松茸・もも・山芋・りんご・ゼラチン・バナナ・ごま・アーモンド・カシューナッツ)の表示をしています。

調味料
アレルギー
一覧

サラダ油(菜種 大豆) ごま油(ごま 大豆) 醤油(小麦 大豆) 薄口醤油(小麦 大豆) トマトソース(トマト 大豆) エッグケア(大豆) 脱脂粉乳(乳) チーズ(乳)
 デミグラスソース(小麦 鶏肉) 特濃酢・酢(小麦 米 酒粕 コーン) 沖縄豆腐(大豆) 冷凍がらチキン(鶏肉 卵) 冷凍がらポーク(豚肉) 鶏&ポーク(豚肉 鶏肉)
 ポークフィオン(鶏肉 豚肉 りんご) 無塩バター(乳) マーガリン(乳 大豆) 甘白白みそ(大豆) おろし生姜(小麦) カレールー(小麦 大豆 鶏肉 牛肉)
 麦みそ(小麦 大豆) 赤みそ・白みそ(大豆) ウスターソース(トマト 大豆 りんご) チリミックス(大豆 小麦 乳) トウバンジャン(小麦 大豆) 七味唐辛子(ゴマ)
 料理酒・ワイン(小麦) ピーナッツバター(ピーナッツ 大豆) 中華ベース(小麦 大豆 ごま 鶏肉 豚肉)

※もずく、あーさ、しらす干しには小エビ、イカ、カニの稚魚が混ざっていることがあります。※揚げ油は、揚げ物に数回使用しています。
 ※アレルギー表示義務ではありませんが、オイスターソースにはかきを含みます。