

2021 12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)	
1 / 水	麦ごはん			米 麦	
	麻婆大根	豆腐(大豆) 豚肉 大豆 赤みそ	大根 玉葱 人参 たら おろし生姜(小麦) おろしにんにく	三温糖 ごま油 でん粉	テンメンジャン(小麦 大豆) トウバンジャン 鶏&ポーク
	ミニ肉まん キムチ和え コッパン	もずく	きゅうり パパイア	ごま 三温糖 ごま油 コッパン(小麦 乳 大豆)	キムチ味 塩 醤油
2 / 木	ライスチャウダー	あさり 白いんげん豆 牛乳	玉葱 人参	麦 じゃがいも 小麦粉 バター(乳) こめ油	チキンがら 塩 こしょう カレー粉
	魚の香草焼き	ほき チーズ(乳)	バジル	パン粉(小麦 大豆) 粉アーモンド オリーブ油	こしょう 塩
	ほうれん草コーンソテー イチゴジャム		ほうれん草 コーン	バター(乳) こめ油 イチゴジャム(りんご)	塩 醤油 こしょう
3 / 金	沖縄焼きそば	豚肉 ちき揚げ	人参 キャベツ もやし 小松菜 きくらげ おろしにんにく	沖縄そば(小麦) こめ油	塩 醤油
	アーサの天ぷら いんげんのごま和え みかん	アーサ 卵	人参 玉葱 たら いんげん みかん	小麦粉 サラダ油 ごま 三温糖	シママース 醤油 塩 酢
	麦ごはん			米 麦	
6 / 月	ハヤシライス	牛肉	人参 玉葱 マッシュルーム おろしにんにく	じゃがいも こめ油	赤ワイン こしょう 塩 ハヤシルウ(小麦 大豆) デミグラスソース ケチャップ ウスターソース
	白大豆コロッケ 白菜サラダ みかん	シーチキン	白菜 きゅうり 人参	白大豆コロッケ(乳 小麦 大豆) サラダ油 みかん	ごまドレッシング(小麦 ごま 大豆)
	大根めし 鮭のちゃんちゃん焼き 春雨の和え物 スナックアーモンド	鶏肉 大豆 鮭 白みそ	人参 大根 大根葉 干し椎茸 玉葱 キャベツ 人参 えのき 黄ピーマン きゅうり	米 小麦 こめ油 三温糖 バター(乳) 春雨 ごま油	塩 醤油 かつお節 塩 料理酒 こしょう 醤油 薄口醤油 特濃酢 塩
8 / 水	麦ごはん			米 麦	
	なめこ汁	絹ごし豆腐(大豆) 油揚げ(大豆) 赤みそ 白みそ	なめこ 大根 ねぎ		かつお節
	レバーとポテトのオーロラソースかけ キャベツのレモン和え	豚肉 シーチキン	おろし生姜(小麦) おろしにんにく キャベツ 赤ピーマン 小松菜 レモン果汁	じゃがいも でん粉 サラダ油 三温糖 三温糖	醤油 ケチャップ ウスターソース 塩 薄口醤油 酢
9 / 木	バーガーパン			バーガーパン(小麦 乳 大豆)	
	ひよこ豆と野菜のスープ スパニッシュオムレツ フルーツ和え スライスチーズ	ひよこ豆 鶏肉 卵 バacon(卵) チーズ(乳)	人参 かぶ 玉葱 キャベツ いんげん ナタデココ みかん パイン ぶどう	こめ油 紅芋 こめ油 グラニュー糖	醤油 塩 こしょう チキンがら 塩 こしょう 白ワイン
	すきやきうどん ししゃものラー油ソースがけ 芋のいろいろ和え みかん	牛肉 厚揚げ(大豆) ししゃも	こんにゃく 白菜 人参 ほうれん草 長ねぎ おろし生姜(小麦) おろしにんにく きゅうり 赤たまねぎ みかん	うどん(小麦) こめ油 三温糖 三温糖 ごま油 ラー油(ごま) でん粉 じゃがいも さつまい芋 紅芋 長芋 ごま ノンエッグマヨネーズ	醤油 料理酒 塩 みりん かつお節 醤油 特濃酢 特濃酢 薄口醤油
13 / 月	麦ごはん			米 麦	
	もずくスープ	もずく 卵	ねぎ	でん粉	塩 こしょう 醤油 料理酒 みりん チキンがら
	まぐろの甘辛丼 パパイアのみそ和え	まぐろ イカ 甘口白みそ	おろしにんにく おろし生姜(小麦) ピーマン 赤ピーマン 黄ピーマン 玉葱 人参 きくらげ パパイア きゅうり	でん粉 サラダ油 三温糖 ごま油 ごま 三温糖	塩 こしょう 料理酒 醤油 オイスターソース トウバンジャン 特濃酢
14 / 火	チャーハン	豚肉 卵	人参 玉葱 干し椎茸 グリーンピース	米 小麦 こめ油	塩 醤油 こしょう ポークがら
	豆腐のきのこソース焼き パンパンシーサラダ みかん	豆腐(大豆) 鶏肉	しめじ えのき 玉葱 ねぎ キャベツ 人参 きゅうり 黄ピーマン みかん	こめ油 でん粉 ごま 三温糖 ごま油	醤油 みりん オイスターソース 醤油
	麦ごはん			米 麦	
15 / 水	肉じゃが 五目卵焼き 大根のツナ和え	牛肉	人参 玉葱 絹さや こんにゃく 五目卵焼き(卵 小麦 大豆)	じゃがいも 三温糖 こめ油	塩 醤油 みりん 料理酒 鶏&ポーク
	コッパン	シーチキン わかめ	大根 きゅうり	三温糖	醤油 酢
	マッシュルームスープ	あさり 牛乳	マッシュルーム 人参 玉葱 セロリ パセリ	じゃがいも 小麦粉 バター(乳)	塩 こしょう チキンがら
16 / 木	ウインナーのチリソース	ウインナー(小麦 牛肉 豚肉) 牛肉 豚肉 大豆	玉葱 トマト缶	三温糖	ケチャップ デミグラスソース 塩 こしょう チリミックス チリパウダー
	マカロニサラダ 紅芋タルト	レッドキドニー ミックスピーズ シーチキン	人参 きゅうり キャベツ	マカロニ(小麦) 三温糖 ノンエッグマヨネーズ	塩 こしょう
	冬野菜とかじきのスパゲティ	かじき 油揚げ(大豆)	カリフラワー かぶ 人参 玉葱 きくらげ ほうれん草 おろしにんにく	スパゲティ(小麦) オリーブ油	白ワイン こしょう 醤油 塩
17 / 金	ポテトのチーズ煮	サラミ(牛肉 豚肉 乳) チーズ(乳)	パセリ	じゃがいも こめ油	塩 鶏&ポーク
	イタリアンサラダ	ハム(卵)	大根 きゅうり コーン 赤ピーマン 赤たまねぎ オリーブ		イタリアンドレッシング(大豆 りんご)
	バナナ		バナナ		
20 / 月	麦ごはん			米 麦	
	さつまい芋汁 麩チャンプルー 納豆みそ 焼きのり	鶏肉 豆腐(大豆) 赤みそ 白みそ 卵 豚肉	大根 人参 ねぎ 人参 小松菜 もやし 生姜	さつまい芋 湿麺(小麦 大豆) こめ油 アーモンド 三温糖	かつお節 薄口醤油 醤油 塩 黒こしょう
	冬至じゅーしー きびなごカーブチーかけ こんにゃく和え みかん	豚肉 ちき揚げ 昆布 きびなご シーチキン	人参 干し椎茸 ねぎ カーブチー	米 小麦 田芋 こめ油 小麦粉 サラダ油 三温糖 ごま ごま ノンエッグマヨネーズ 三温糖	塩 醤油 料理酒 みりん ポークがら 塩 料理酒 酢 薄口醤油 醤油 塩
22 / 水	麦ごはん			米 麦	
	キムチスープ	赤みそ	白菜 たら	春雨	キムチ味 塩 チキンがら
	ピビンバ	牛肉 卵	おろしにんにく ほうれん草 もやし 人参	三温糖 ごま ごま油	醤油 みりん 料理酒 塩 トウバンジャン
23 / 木	手作り黒糖ピーズ	大豆		黒糖 三温糖	
	食パン			食パン(小麦 乳 大豆)	
	ヌードルスープ いわしのトマト煮	鶏肉	玉葱 人参 キャベツ おろしにんにく	ヌードル(小麦) こめ油 スパゲティ(小麦) こめ油	チキンがら 塩 こしょう
24 / 金	カリフラワーサラダ		カリフラワー きゅうり 赤ピーマン レモン果汁	アーモンド 三温糖	塩 醤油 酢
	紅芋クリーム	牛乳 生クリーム(乳)	シークワーサー果汁	紅芋 バター(乳) 三温糖	
	キャロットピラフ	えび	玉葱 人参 マッシュルーム コーン グリーンピース	米 小麦 こめ油 バター(乳)	塩 こしょう チキンがら
24 / 金	タンドリーチキン	鶏肉 ヨーグルト(乳)	おろしにんにく おろし生姜(小麦) 玉葱		塩 こしょう 酢 カレー粉 パプリカパウダー
	トマトときゅうりのサラダ	チーズ(乳)	トマト あお豆 大根 レモン果汁	三温糖	酢 こしょう
	クリスマスケーキ			クリスマスケーキ(大豆)	

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(大豆) ごま油(ごま 大豆) 醤油・薄口醤油(小麦 大豆) トマトソース(大豆) マーガリン(乳 大豆) デミグラスソース(小麦 鶏肉) 酢(小麦) 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) ポークフィヨン(鶏肉 豚肉 りんご) カレー(小麦 大豆 鶏肉 牛肉) チリミックス(大豆 小麦 乳) 赤みそ・白みそ・甘口白みそ(大豆) トウバンジャン(小麦 大豆)
 料理酒・ワイン(小麦) リンゴピューレ(りんご) とんかつソース(りんご) ウスターソース(大豆 りんご) ノンエッグマヨネーズ(大豆)
 ※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。