

# 給食だより



天候等の都合により、献立・食材を変更する場合があります。

献立名	20(月) <b>敬老の日</b>  十五夜 献立	21(火) マグロのみそマヨ焼き お月見 団子 ふーいりちー あわごはん ゆし豆腐汁 十五夜 献立	22(水) シークワサー ゼリー 野菜 コロッケ 切干大根のピリ辛あえ 五目焼きそば シークワサーの日 献立	23(木) <b>秋分の日</b>  秋の彼岸にちなんで…	24(金) いか小判 みかん キャベツのみそ炒め 麦ごはん シカムドッチ 秋の彼岸にちなんで…
-----	------------------------------------	--	--	--	--

### 《十五夜》

十五夜は、旧暦8月15日、1年で一番きれいな真ん丸の満月が見える日のことです。  
お団子や秋の食材(栗・柿・かぼちゃなど)をお供えて、お月様に「農作が出来る感謝の気持ち」を伝えていたそうです。

9/22は、シークワサーの日です。沖縄では、シークワサーなどの伝統的ななまきつ類を総称して「クニブ」(九年母)と呼ぶことから、語呂に合わせ、記念日となっています。  
名護市は、たくさんのシークワサーが作られています。

9月の給食だよりと少し献立に変更があります！  
ご家庭で、給食のアレルギーを確認されてください！



## 2021年度 9月21日～24日 詳細献立(アレルギー対応用)

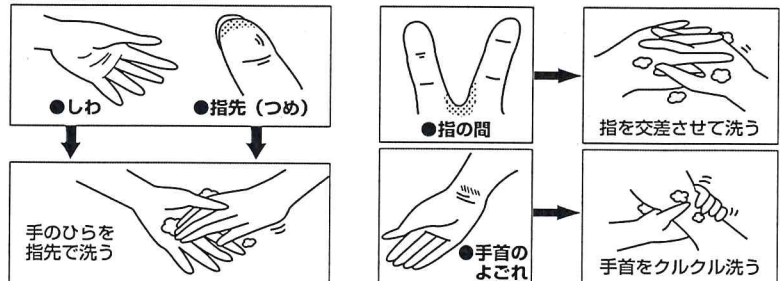
★お知らせ★ 台風等の天候や材料の都合により、献立を変更することがあります。その際は、学校からの献立変更のお知らせをご確認ください。

日/曜日	献立名	3つのグループ			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)	
21/火	あわごはん			米 あわ	
	ゆし豆腐汁	ゆし豆腐	菜ねぎ		しょうゆ 花かつお
	マグロのみそマヨ焼き	マグロ 麦みそ 白みそ		ノンエッグマヨネーズ(大豆)	酒 シママース
	ふーいりちー	鶏卵 ツナ缶(大豆)	きゃべつ にんじん からし菜	麩(小麦) こめ油	シママース こしょう しょうゆ
	お月見団子	お月見団子(大豆)			
22/水	五目焼きそば	豚肉 イカ	にんじん たまねぎ くらげ チンゲン菜 にんにく	中華麺(小麦・大豆) こめ油	酒 しょうゆ オイスターソース シママース こしょう
	野菜コロッケ	野菜コロッケ(小麦・大豆) 大豆油			
	切干大根のピリ辛あえ	とりさざみちゃんく	千切大根 白菜 にんじん きゅうり	三温糖	キムチ味(りんご・大豆) シママース しょうゆ
	シークワサーゼリー	シークワサーゼリー(アレルギーなし)			
24/金	麦ごはん			米 麦	
	シカムドッチ	豚肉 白かまぼこ(大豆)	こんにやく 椎茸 冬瓜 菜ねぎ		しょうゆ シママース 豚だし骨 花かつお
	いか小判	いか小判(いか・大豆)			
	キャベツのみそ炒め	赤かまぼこ(大豆) 厚揚げ 赤みそ	きゃべつ にんじん たまねぎ 生薑	三温糖 こめ油 でん粉	しょうゆ みりん シママース
	みかん		みかん		

※調味料・調理加工品に関しては、アレルギー29品目(乳・卵・小麦・そば・ピーナッツ・えび・かに・あわび・いか・いわし・オレンジ・キウイフルーツ・牛肉・くるみ・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉・まつたけ・もも・やまいち・りんご・ゼラチン・バナナ・ごま・カシューナッツ・アーモンド)の表示をしています。 ※揚げ油(大豆)は、揚げ調理で複数回の調理に使用しています。ご了承ください。  
 ①醤油、淡口醤油は、小麦・大豆を含みます。②酢・特濃酢・ワインビネガーは、小麦を含みます。③ウスターソースは、大豆・りんごを含みます。④カレーフレークは、小麦・大豆・牛肉・鶏肉を含みます。  
 ⑤豆腐・豆乳・おから・赤みそ・白みそ・麦みそ・甘みそ・油あげ・厚揚げ・揚げ油は、大豆を含みます。⑥チキンスープは、小麦・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチンを含みます。⑦マーガリンは、小麦・大豆・豚肉を含みます。⑧バターは、乳を含みます。  
 ⑨枝豆、もやしは大豆が原料となります。⑩ツナは大豆を含みます。⑪ごま油は、ごま・大豆を含みます。⑫マヨネーズは、卵・大豆・りんごを含みます。⑬豚だし骨は、豚肉・卵を含みます。⑭豚だし骨は、豚肉を含みます。  
 ※もずく・あおさ・のり等の海藻類やらす等に、いかにえび、かにの稚魚が混入していることがあります。 ※アレルギー表示義務・推奨食材ではありませんが、オイスターソースは、かまを含みます。



「手を洗う」といったら、手のひらだけを、水だけでちょっと洗って終わりにしていませんか？  
食事のときは、指先でパンをちぎったり、つまんだりして食べることがあります。  
指先やつめには細菌がたくさん付いていますから、せっけんでしっかり洗ってから食べましょう。



★よく注意して洗ってください