

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	夏の疲れを吹き飛ばそう			JA沖縄より、 蒟蒻シークワサーゼリーとシークワサー果汁の寄贈がありました。ありがとうございます。果汁は、和え物や仲良しゼリーとして給食に提供します。		1 (木)	魚のマヨネーズ焼き ブロッコリーサラダ あみパン ポークビーンズ	2 (金)	ミルクもち オムライス ケチャップライス 薄焼き卵 ケチャップ アスパラソテー	
	5 (月)	フルーツ和え ピピンバ 麦ごはん 肉炒め 野菜のナムル もずくスープ	6 (火)	黒豆 キムチ和え 野菜コロッケ 中華焼きそば	7 (水)	チョレギ風サラダ ヤンニェムチキン 麦ごはん 春雨スープ	8 (木)	マカロニサラダ 魚のきのこ焼き 黒糖パン クラムチャウダー	9 (金)【十五夜献立】 ○お芋大福 赤うりのおかか和え 焼き豆腐のみぞれかけ クファージュシー	
献立名	12 (月)	もも缶 大根とチリメン 麦ごはん ハヤシシチュー	13 (火)	仲良しゼリー セロリのゴマ和え 星型ポテト スパゲティナポリタン	14 (水)	もやし炒め さばの梅みそ焼き 麦ごはん ゆし豆腐汁	15 (木) 大北幼欠食	キャベツのチーズサラダ ウィンナーミニケチャップ コッペパン マッシュルームのクリームスープ	16 (金) 名護小・幼弁当の日	すいか 茎わかめサラダ じゃこ入り厚焼き玉子 ひじき入り炊き込みご飯
	19 (月)	敬老の日		20 (火)	蒸しケーキ イカの酢味噌和え うじら豆腐 ポロポロジュシー	21 (水)	スーナー さばの塩焼き 黒米ごはん 冬瓜の煮つけ	22 (木)	※蒟蒻シークワサーゼリー コールスローサラダ 牛肉コロッケ ナン キーマカレー	23 (金)
献立名	26 (月)	ひじきのチーズサラダ いわしのおかか煮 ゆかりごはん 豚汁	27 (火)	フルーツ和え 茎わかめサラダ はるまき カレーうどん	28 (水)	手作りふりかけ 麴ーチャンプル 麦ごはん 鶏のお汁	29 (木)	ポテトサラダ 鶏のてりやき 仲良しパン たまごスープ	30 (金)	仲良しゼリー 大根のうっちゃん漬 魚天ぷら あさり入り炊き込みご飯

2022年 9月 使用食材一覧表 ※揚げ油（大豆）は、揚げ調理で複数回調理に使用しています。

* お知らせ * 天候等の都合により、献立・食材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までご連絡ください。

使用食材一覧表

曜日	牛乳	献立名	おしに血・骨・肉になる (たんぱく質・無糖質)	おしに体の調子を整える (ビタミン・無糖質)	おしに力や熱になる (炭水化物・糖質)	調味料
1 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 ひよこ豆 レッドキドニー	人参 玉葱 トマト にんにく	じゃが芋 三温糖 この油	シマース こしょう クチャップ 赤ワイン 豚だし骨
		魚のマヨネーズ焼き ブロッコリーサラダ	ホキ おから 豆乳	ミックス野菜 ブロッコリー カリフラワー コーン	ノンエッグマヨ【大豆・りんご】 粉末アーモンド 三温糖	ね入リマスタード【豚 大豆】 フレンチドレ
2 金	○	オムライス	鶏肉 たまご	玉葱 人参 マッシュルーム グリンピース	米 麦 この油	シマース こしょう クチャップ 白ワイン
		アスパラソテー	ウインナー【豚肉】	アスパラ キャベツ コーン	オリーブ油	オイスター 豚だし骨【たまご】
		ミルクもち	牛乳	みかん缶 ココナッツミルク	だんご グラニュー糖 かたくり粉	シマース こしょう 醤油
5 月	○	麦ごはん			米 麦	
		もずくスープ	もずく 豆腐	えのき 小松菜	かたくり粉 ごま	醤油 シマース こしょう 料理酒 みりん 粉かつお
		ビビンバ丼の具	牛肉 豚肉	たけのこ 玉葱 にんにく 人参 ほうれん草	三温糖 この油 じゃが芋 ごま	料理酒 醤油 みりん シマース 酢
6 火	○	フルーツ和え	フルーツ和え	パイナップル みかん缶 もも缶	グラニュー糖	赤ワイン
		中華焼きそば	豚肉	キャベツ もやし 人参 たけのこ 木くらげ 生姜	中華麺【小麦 大豆】 この油 ごま油	シマース 焼きそばのたれ【大豆・豚肉・小麦・りんご】
		野菜コロッケ	野菜コロッケ【小麦 大豆 乳】揚げ油			
7 水	○	キムチ和え	昆布	白菜 胡瓜	三温糖	醤油 キムチの素【リンゴ 大豆】
		丹波黒豆	黒豆		米 麦	
		麦ごはん				
8 木	○	春雨スープ	豚肉	白菜 ねぎ	春雨	料理酒 薄口醤油 シマース ローレルの葉
		ヤンニャムチキン	鶏肉	にんにく	かたくり粉 三温糖 はちみつ ごま油 揚げ油	豚だし骨【たまご】
		チョレギ風サラダ	わかめ のり	キャベツ 小松菜 胡瓜	ごま	ケチャップ 醤油 コチジャン【大豆】
9 金	○	黒糖パン			黒糖パン【小麦・乳・大豆】	
		クラムチャウダー	あさり 白花生 スキムミルク【乳】 牛乳 粉チーズ	人参 玉葱 グリンピース	じゃが芋 小麦粉 マーガリン この油	シマース こしょう ローレル粉 豚だし骨
		魚のさのこ焼き	ホキ チーズ	しめじ えのき マッシュルーム パセリ	マーガリン	シマース こしょう
1 2 月	○	マカロニサラダ	ツナ	トマト ほうれん草 人参	粉末アーモンド ノンエッグマヨ【大豆・りんご】 三温糖	シマース こしょう 酢
		クファージュシー	豚肉 かまぼこ【小麦 大豆 たまご】 昆布	椎茸 昆布 人参 ねぎ	米 麦 この油	シマース 醤油 みりん 料理酒 豚だし骨
		豆腐のみぞれかけ	豆腐	大根	三温糖 片栗粉	みりん 醤油 粉かつお
1 3 火	○	赤うりのおかか和え	糸割り	赤うり 胡瓜	三温糖	醤油 シマース
		お芋の大福	お芋の大福【さつまいも 餅粉 砂糖】			
		麦ごはん			米 麦	
1 4 水	○	ハヤシシチュー	牛肉 白花生 大豆	人参 セロリ マッシュルーム トマト にんにく	じゃが芋 この油	ケチャップ ハヤシルー【小麦 大豆 牛肉】
		大根とチリメンサラダ	茎わかめ ちりめん	大根 トマト パセリヤ シークワサー果汁	オリーブ油 三温糖	ウスター こしょう ローレル粉
		もも缶	もも缶			薄口醤油 酢
1 3 火	○	スパゲティパオリタン	鶏肉 ウインナー【豚肉】	玉葱 人参 ビーマン マッシュルーム トマト ニンニク	スパゲティ【小麦】 この油 オリーブ油	ケチャップ ウスター シマース こしょう バジル粉
		聖型ポテト			じゃが芋 揚げ油	
		セロリのゴマ和え		セロリ 胡瓜 たくあん 大根	三温糖 ごま	シマース 酢
1 4 水	○	仲良しシークワサーゼリー	アガー	シークワサー果汁	グラニュー糖	
		麦ごはん			米 麦	
		ゆし豆腐汁	ゆし豆腐 アーサ			醤油 シマース 粉かつお
1 5 木	○	さばの梅みそ焼き	さば	梅びしお【梅 リンゴ】	ごま 三温糖 この油	みそ みりん 料理酒
		もやし炒め	ツナ	もやし 人参 にら	この油	シマース こしょう 醤油
		コッペパン			コッペパン【小麦・乳・大豆】	
1 6 金	○	マッシュルームのクリームスープ	鶏肉 あさり レンズ豆 豆乳 スキムミルク【乳】	玉葱 人参 マッシュルーム	じゃが芋 小麦粉 マーガリン この油	シマース こしょう 豚だし骨【たまご】
		ポイルウインナー クチャップ	ウインナー【小麦 牛肉 豚肉】ケチャップ			
		キャベツのチーズサラダ	チーズ【乳】	キャベツ 胡瓜 コーン	三温糖	フレンチドレ シマース 醤油
1 6 土	○	ひじき入り炊き込みご飯	ひじき 豚肉 大豆 あさり	人参 ねぎ	米 麦 この油	シマース 醤油 料理酒 粉かつお
		じゃこ入り厚焼きたまご	たまご チリメン	玉葱 ビーマン	この油	料理酒 醤油 みりん ウージパウダー
		茎わかめサラダ	茎わかめ 糸かま【28品目なし】	胡瓜 人参 キャベツ	ごま油 ごま 三温糖	和風ドレ【小麦 大豆 リンゴ】
2 0 火	○	スイカ		すいか		
		ポロポロジュシー	ツナ	人参 小松菜 にら	米 麦 この油	シマース こしょう 醤油 粉かつお
		うじら豆腐	おから 魚すり身 アーサ ひじき たまご	ごぼう 人参 青豆	かたくり粉 揚げ油	ウージパウダー シマース こしょう 醤油
2 1 水	○	いかの酢味噌和え	いか	赤うり 胡瓜 人参	三温糖 ごま	みそ 酢 シマース
		蒸しケーキ	蒸しケーキ【小麦 乳】			
		黒米ごはん			米 黒米	
2 2 木	○	冬瓜の煮つけ	厚揚げ ちくわ【大豆】	冬瓜 人参 こんにゃく インゲン		粉かつお 醤油 みりん
		さばの塩焼き	さば			料理酒 シマース こしょう
		スーホー	豆腐 ツナ	ほうれん草	三温糖	みそ 焼酎ごまドレッシング【小麦・大豆・ごま】
2 6 月	○	ナン			ナン【小麦・大豆】	
		キーマカレー	牛・豚ひき肉 豚レバー 大豆	人参 玉葱 エリンギ ビーマン コーン 生姜 ニンニク トマト りんご	この油	ケチャップ ウスター 赤ワイン シマース カレー粉 ポークブイヨン【鶏 豚】 ドライカレー【乳 小麦 牛肉 豚肉 りんご】
		牛肉コロッケ	牛肉コロッケ【小麦 乳 大豆 牛肉 豚肉】揚げ油			
2 7 火	○	コールスローサラダ		キャベツ 胡瓜 コーン	三温糖	コールスロードレ【たまご 大豆】
		魚肝シークワサーゼリー【提供品】	アガー	シークワサー果汁	グラニュー糖	
		ゆかりごはん		しそ	米	
2 8 水	○	豚汁	豚肉	人参 ごぼう しいたけ ねぎ	じゃが芋 ごま油	みそ 粉かつお ポークブイヨン【鶏 豚】
		いわしのおかか煮	いわしのおかか煮【いわし 砂糖 醤油 だん粉 かつお節】			
		ひじきのチーズサラダ	ひじき 白いんげん豆 チーズ【乳】	胡瓜 コーン レモン果汁	三温糖 オリーブ油	イタリアンドレ【たまご 小麦 りんご 大豆 豚肉】 こしょう シマース 酢
2 9 木	○	カレーうどん	鶏肉 油揚げ 白花生	人参 玉葱 小松菜 しいたけ 生姜	うどん【小麦】この油	カレー粉 カレールー 醤油 シマース 粉かつお 豚だし骨【たまご】
		はるまき	はるまき【えび 小麦 ごま 大豆 鶏肉 豚肉】揚げ油			
		茎わかめサラダ	茎わかめ 糸かま【28品目なし】	胡瓜 人参 キャベツ	ごま油 ごま 三温糖	和風ドレ【小麦 大豆 リンゴ】
2 9 金	○	フルーツ和え		パイナップル みかん缶 もも缶	砂糖	赤ワイン
		麦ごはん			米 麦	
		鶏のおつゆ	鶏肉	冬瓜 人参 小松菜 しいたけ 生姜		醤油 シマース 粉かつお 豚だし骨【たまご】
3 0 土	○	鮭・チャンプルー	たまご 鮭 豚肉	人参 もやし からしな 生姜	この油	シマース こしょう 醤油
		手作りふりかけ	糸割り チリメン 青のり粉		三温糖 ごま	料理酒 醤油 みりん
		なかつぱん			なかつぱん【小麦・乳・大豆】	
3 1 日	○	たまごスープ	たまご 大豆	白菜 ほうれん草	かたくり粉	シマース 醤油 豚だし骨【たまご】
		鶏肉のてりやき	鶏肉	生姜 ニンニク	三温糖	醤油 みりん 料理酒
		ポテトサラダ		胡瓜 コーン	粉末アーモンド じゃが芋 ノンエッグマヨ【大豆・りんご】 三温糖	シマース こしょう
3 1 日	○	あさり入り炊き込みご飯	あさり 大豆 ちあさき【小麦 大豆】	しいたけ 干太根 人参 ねぎ	米 麦 カルシウム米 この油 ごま	シマース 料理酒 醤油 みりん 粉かつお
		魚天ぷら	ホキ 青のり粉 たまご		小麦粉 揚げ油	シマース
		大根のうっちゃん漬		大根	三温糖	シマース うっちゃん粉 酢
3 1 日	○	仲良しゼリー	アガー	グレープジュース	グラニュー糖	赤ワイン

調理料

アレルギー

表示

※調理料・調理加工品に關して、アレルギー28品目【乳・卵・小麦・ピーナツ・えび・かに・そば・あわび・いか・いくら・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・やまいも・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。

①醤油・薄口醤油（小麦・大豆）②酢・特選酢（小麦）③ウスター（大豆、りんご）④豆腐・豆乳・おから・赤みそ・白みそ・揚げ油（大豆）⑤デミグラスソース（小麦・牛肉・豚肉・鶏肉・大豆・ゼラチン）⑥カレーフレーク（小麦・大豆・牛肉・鶏肉）カレー粉（香辛料のみ28品目なし）⑦マーガリン（乳・大豆）⑧ツナ（大豆）⑨枝豆、もやし（大豆）が原料となります。

※アレルギー表示義務はありませんが、オイスターソースにカキエキスを含有しています。 ※もずく、アーサ、しらす干しにはエビ、イカ、カニの産物混ざっていることがあります。

※揚げ油（大豆）は、揚げ調理で複数回調理に使用しています。