

2024 4月 詳細献立表

名護第二給食センター

★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。

3つのグループの働きと使用食材名

日 曜日	献立名	おもに血・肉・骨となる 1・2群(たんぱく質・無機質)	おもに体の調子を整える 3・4群(ビタミン・無機質)	おもに力や熱となる 5・6群(炭水化物・脂質)	調味料・だしなど
9 火	麦ごはん			米 麦	
	春野菜カレー		キャベツ 玉ねぎ 人参 アスパラガス にんにく りんごピューレ	じゃがいも こめ油	カレーフレーク カレー粉 ウスターソース 鶏だし骨
	くるまふナゲット フルーツヨーグルト和え	ヨーグルト(乳)	バナナ パイン 黄桃 みかん	くるまふナゲット(小麦 鶏肉 大豆)	
10 水	焼うどん	豚肉 ちき揚げ(大豆)	人参 玉ねぎ 白菜 小松菜	うどん(小麦) こめ油	醤油 塩 みりん
	じゃがいもタシアー	ベーコン(大豆 卵)	にら	じゃがいも こめ油	醤油 塩
	大根のレモン和え ミニたいやき	シーチキン(大豆) しらす	大根 きゅうり 人参 レモン果汁	三温糖	酢 塩 薄口醤油
11 木	麦ごはん			米 麦	
	アーサ汁	豆腐 アーサ	えのきたけ		塩 薄口醤油 みりん かつお節
	魚のみそ焼き 野菜炒め	さば 赤みそ 豚肉	しょうが キャベツ 玉ねぎ 人参 小松菜	三温糖 こめ油	醤油 みりん 料理酒 かつお節 醤油 塩 オイスターソース
12 金	五目チャーハン	鶏肉	玉ねぎ 人参 グリーンピース コーン しょうが	米 麦 こめ油	醤油 塩 こしょう 鶏だし骨
	ごま菓子		レーズン	ごま アーモンド コーンフレーク マーガリン マシュマロ	
	チャプチェ	豚肉	玉ねぎ 人参 ピーマン 干し椎茸 しょうが にんにく	春雨 こめ油 三温糖 ごま油	塩 こしょう 醤油
15 月	バーガーパン			バーガーパン(小麦 乳 大豆)	
	クラムチャウダー	あさり 牛乳 白花豆&白いんげん豆ペースト	人参 玉ねぎ マッシュルーム パセリ	じゃがいも こめ油 小麦粉 マーガリン	塩 こしょう 鶏だし骨
	ハンバーグ	ハンバーグ(大豆 鶏肉 豚肉)		三温糖	ケチャップ ウスターソース デミグラスソース
	きゅうりとコーンのサラダ	ちくわ	きゅうり キャベツ コーン シークワーサー果汁	三温糖	醤油 塩
	スライスチーズ	チーズ(乳)			
16 火	麦ごはん			米 麦	
	もずく丼(具)	もずく 豚肉 大豆	人参 玉ねぎ ピーマン コーン	こめ油 三温糖 でん粉	醤油 みりん 塩 中華ガラスープ(鶏肉 豚肉)
	かきたま汁	卵 豆腐		でん粉	塩 薄口醤油 料理酒 みりん かつお節
	こんにゃく和え	シーチキン(大豆)	こんにゃく キャベツ きゅうり 人参	ごま ノンエッグマヨネーズ 三温糖	醤油 塩
17 水	スパゲティナポリタン	ベーコン(大豆 卵)	人参 玉ねぎ ピーマン マッシュルーム にんにく	スパゲティ(小麦) こめ油	塩 ケチャップ トマトソース(大豆) ウスターソース こしょう
	パインカステラ	卵 牛乳	パイン	小麦粉 グラニュー糖 マーガリン	ベーキングパウダー
	大根サラダ	シーチキン(大豆)	大根 きゅうり コーン	三温糖 オリーブ油	塩 酢 こしょう
	麦ごはん			米 麦	
18 木	八宝菜	イカ えび 鶏肉	干し椎茸 白菜 玉ねぎ 人参 たけのこ 小松菜	三温糖 こめ油 でん粉	醤油 オイスターソース 塩 料理酒 中華ガラスープ(鶏肉 豚肉)
	ぎょうざ		豚肉 鶏肉 大豆 小麦 乳		
	春雨の和え物	鶏肉	キャベツ きゅうり	春雨 三温糖 ごま油	醤油 塩 酢
19 金	ひじき入り炊き込みご飯	鶏肉 ひじき	人参 青ねぎ	米 麦 こめ油	塩 醤油 みりん 料理酒 鶏だし骨
	しらす入り卵焼き	卵 レッドキドニー しらす シーチキン(大豆)	グリーンピース	こめ油 三温糖 でん粉	料理酒 薄口醤油 みりん
	野菜のごま和え		白菜 小松菜 人参	ごま 三温糖	醤油 塩
	みかん		みかん		
22 月	コッペパン			コッペパン(小麦 乳 大豆)	
	コンソメスープ	鶏肉	玉ねぎ 人参 マッシュルーム	じゃがいも こめ油	こしょう 塩 鶏だし骨
	チリコンカン	豚肉 白いんげん豆	玉ねぎ にんにく	三温糖 小麦粉 こめ油	塩 カレー粉 ケチャップ ウスターソース チリパウダー
キャベツサラダ		キャベツ 人参 アスパラガス レモン果汁	三温糖	塩 イタリアンドレッシング(大豆 りんご)	
23 火	くふあじゅうしい	豚肉 昆布 大豆 ちき揚げ(大豆)	干し椎茸 人参 青ねぎ	米 麦 こめ油	醤油 塩 みりん 豚だし骨
	魚の天ぷら	ほき 卵		小麦粉 サラダ油	塩
	もやしのみそ和え	甘白みそ	もやし きゅうり 人参	ごま 三温糖	酢 塩
24 水	沖縄焼きそば	豚肉 ちき揚げ(大豆)	人参 キャベツ もやし 小松菜 にんにく	沖縄そば(小麦 大豆) こめ油	塩 醤油
	チーズはんぺんフライ		チーズはんぺんフライ(小麦 卵 乳 大豆) サラダ油		
	いんげんのおかか和え	ちくわ 糸けすり	いんげん 人参 コーン	三温糖	薄口醤油 酢 塩
25 木	麦ごはん			米 麦	
	三色丼(肉・卵)	鶏肉 豚肉 大豆 錦糸玉子(卵)	玉ねぎ 人参 しょうが にんにく	三温糖 こめ油	醤油 みりん 料理酒
	三色丼(野菜)		小松菜	三温糖 ごま油	醤油 塩 酢
	ゆい豆腐 みかん	豆腐 白みそ	葉ねぎ みかん		かつお節
26 金	キムタクごはん	鶏肉	玉ねぎ 人参 しめじ 白菜キムチ(小麦 りんご 大豆 さば) グリーンピース だいこん漬	米 麦 こめ油	塩 醤油 鶏だし骨
	きびなごカリカリフライ		きびなごカリカリフライ(28品目無し) サラダ油		
	大根の生姜和え	鶏肉	大根 きゅうり しょうが	ごま油	醤油
30 火	麦ごはん			米 麦	
	たまご入りみそ汁	卵 赤みそ 白みそ	人参 小松菜	じゃがいも	かつお節
	魚の照り焼き	さば	しょうが	三温糖	醤油 みりん 料理酒
	アーモンド和え		大根 きゅうり 人参	アーモンド 三温糖	醤油 酢

※予定詳細献立表は食品表示法に定められている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・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。

※サラダ油(大豆)は揚げ調理で複数回の調理に使用します。 ※もやし・えだまめ・あお豆の原料は大豆です。 ※もずく・あおさのり等の海藻類や、あさり等の二枚貝、しらす等の小魚には、いか・えび・かにの稚魚が混入していることがあります。

- 《よく使用する調味料のアレルギーの一覧》
- ①醤油・薄口醤油(小麦 大豆) ②酢(小麦) ③ウスターソース(大豆 りんご) ④カレーフレーク(小麦・大豆・牛肉・豚肉) ⑤豆腐・豆乳・おから・赤みそ・白みそ・麦みそ・甘白みそ・油揚げ・厚揚げ(大豆)
 - ⑥デミグラスソース(小麦・鶏肉) ⑦マーガリン(乳・大豆) ⑧バター(乳) ⑨ごま油(ごま・大豆) ⑩ノンエッグマヨネーズ(大豆) ⑪鶏だし骨(鶏肉・卵) ⑫豚だし骨(豚肉)