



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。

こんだて	すでに気温の高い日が続いてますが、夏本番はこれからです。こまめな水分補給で熱中症を予防するとともに、食事をしっかりとって体力をつけ、暑さに負けない体づくりをしましょう。	※なご産(県産)食材※ 7・8月の食材 しめじ 胡瓜 キャベツ 冬瓜 ヘチマ パパイヤ ピーマン ゴーヤー たまご もずく 県産マグロ ウーヅパウダー 給食では、名護市内や県産、地元食材を中心に活用し、給食提供に努めています。	1(水) 野菜の昆布和え 豆腐の そぼろあんかけ ひじきジュシー	2(木) 紫キャベツと 人参サラダ ポテトチップス やんばる 麦ごはん エスニックカレー	3(金) シークワサーアイス キャベツの チーズサラダ 県産マグロカツ 黒糖パン 冬瓜の クリーム煮
こんだて	6(月) フルーツ和え アスパラソテー オムライス ・チキンライス ・薄焼きたまご ・ミニケチャップ	7(火) セタゼリー 大豆とアーモンドの 黒糖からめ パパイヤ春雨 サラダ 麦ごはん マーボーなす	8(水) 欠食:大宮幼 茎わかめ サラダ チーズ蒸しパン 五目中華 焼きそば	9(木) みかん チョレギサラダ ヤンニャムチキン 豆腐と春雨 のおつゆ あわごはん	10(金) パイン缶 ポテトとほうれん草の ツナチーズ炒め きなこ 揚げパン トマトスードル スープ
こんだて	13(月) 切り干し大根の ピリ辛和え はるまき 中華おこわ	14(火) フルーツアロエ 白身魚の 甘酢あんかけ 麦ごはん 県産野菜の みそ汁	15(水) みかん ほうれん草の 白和え ししゃもの塩焼き 肉野菜うどん	16(木) 欠食:屋部幼 きびなごの から揚げ じゃが芋タシャ 麦ごはん クーリジシ 『郷土料理の日献立』	17(金) スライスチーズ コールスロー サラダ ハンバーグの ソースかけ コーンポタージュ スープ
こんだて	8月献立	8/25(火) みかん モーウイの しそ和え 千草焼き かやくごはん	8/26(水) フルーツ ナタデココ ささみチーズ焼き 麦ごはん 野菜カレー	8/27(木) 旧盆 夏は麦茶か 牛乳を飲もう 麦茶 牛乳	8/28(金) 大根としらすの 和え物 ポテトのチーズ焼き スパゲティ ナポリタン
こんだて	8/31(月) ヨーグルト タコライス 麦ごはん タコスミート チーズ野菜 もずくスープ	厳しい暑さを乗り越える。 食欲がないときの食事の工夫。 ○少量でもバランスよく食べる 主食・主菜・副菜をそろえることを意識しましょう。 ○冷たい麺は具たくさんにする。 ○酸味やスパイスをきかせて食欲アップ。 ○温かい飲み物や汁物で、胃腸をいたわる。			～食と子どもの健康展～ あそびにきてね♪ 日時：令和8年7月25日(土)11:00～16:00 場所：イオン名護店 1階イベント広場 ・給食ってどうやって作られているの？ ・わたしたちの給食センターを紹介！ ・給食のパンやデザートを試食もあるよ

日／曜日	献立名	3つのグループの働きと使用食材名			
		おもに血・肉・骨となる 1・2群（たんばく質・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
1／水	ひじきジュシー	豚肉 ひじき 油揚げ(大豆) ちきあぎ	人参 ねぎ	米 麦 大豆油	醤油 シママース 料理酒 みりん 豚だし骨 花かつお
	豆腐のそぼろあんかけ	豆腐 鶏ひき肉	長ネギ 生姜 ニンニク	三温糖 ごま油 かたくり粉	醤油 みりん
	野菜の昆布和え	<u>しらし</u> 糸削り 昆布	キャベツ 胡瓜 人参	ごま 三温糖 ごま油	シママース 醤油 酢
2／木	麦ごはん			米 麦	
	やんばるエスニックカレー	鶏肉 スkimミルク(乳)	にんにく 生姜 パパイア 玉葱 なす ビーマン 赤ビーマン ココナッツミルク トマト ウーシパウダー	大豆油	カレー粉 カレーフレーク 醤油 オイスター シママース チキンフイヨン(鶏肉) フルーツチャツネ(りんご)
	ポテトチップス			じゃが芋 揚げ油	シママース こしょう
3／金	紫キャベツと人参サラダ	ツナ(大豆)	紫キャベツ キャベツ 人参 シークわさー果汁	<u>アーモンド</u> 砂糖	醤油 シママース 酢
	黒糖パン			黒糖/パン(小麦 乳 大豆)	
	冬瓜のクリーム煮	鶏肉 インゲン豆ペースト スkimミルク(乳)	冬瓜 玉葱 人参 パセリ乾	じゃが芋 大豆油	ホワイトルー(小麦 乳 大豆 牛 鶏)シママース こしょう 豚だし骨
	県産マグロカツ	県産マグロカツ(小麦 大豆)揚		揚げ油 三温糖 かたくり粉	ケチャップ ウスター
	キャベツのチーズサラダ	チーズ(乳)	キャベツ 人参 胡瓜 コーン缶	ノンエッグマヨ グラニュー糖	酢 醤油
6／月	シークワサーアイス	シークワサーアイス(28品目なし)			
	オムライス チキンライス	鶏肉 大豆	玉葱 人参 木くらげ ウーシパウダー パセリ乾	米 大豆油	シママース こしょう 醤油 ウスター ケチャップ 豚だし骨
	オムライスシート ケチャップ	<u>とろろ</u>			ケチャップ
	アスパラソテー	ベーコン(豚 大豆)	アスパラ 赤ビーマン 人参 玉葱 コーン缶 ニンニク	大豆油	醤油 シママース こしょう
	フルーツ和え	丹波黒豆(大豆)	パイン缶 みかん缶 もも缶	砂糖	赤ワイン
7／火	麦ごはん			米 麦	
	マーボーなす	豆腐 大豆 豚ひき肉 みそ	なす 玉葱 人参 木くらげ ニラ ニンニク 生姜	大豆油 三温糖 かたくり粉	オイスター 板醤(大豆) 醤油 テンメンジャン(小麦 大豆 ごま) 豆板醤(大豆)
	大豆とアーモンドの黒糖からめ	大豆		<u>アーモンド</u> 黒糖 三温糖	
	パパイアの春雨サラダ	オーシャンキング	パパイア 人参 胡瓜	春雨 ごま 三温糖 ごま油	酢 醤油 シママース
	セタゼリー	セタゼリー(28品目なし)			
8／水	五目中華焼きそば	豚肉 かまぼこ 青のり粉	キャベツ 人参 玉葱 もやし ニラ 木くらげ しいたけ	中華麺(小麦)大豆油 三温糖 ごま油	醤油 オイスターソース シママース こしょう 料理酒
	チーズ蒸しパン	チーズ(乳) 豆乳(大豆)		小麦粉 ケーキミックス粉(小麦 乳 大豆) 砂糖	ベーキングパウダー
	茎わかめサラダ	わかめ オーシャンキング	胡瓜 人参 大根 シークわさー果汁	三温糖	醤油 酢 シママース
9／木	あわごはん			米 もちきび	
	豆腐と春春雨のおつゆ	オーシャンキング 豆腐	白菜 人参 しいたけ	春雨	醤油 シママース 豚だし骨
	ヤンニラムチキン	鶏肉	ニンニク	揚げ油 かたくり粉 ごま油 三温糖 はちみつ	ケチャップ コチジャン(大豆) 醤油
	チョコレートサラダ	わかめ のり	キャベツ 小松菜 胡瓜	ごま	ナムルトレ(ごま 大豆 小麦 豚肉 鶏肉)
	くだもの		ネーブル		
10／金	きなこ揚げパン	きな粉(大豆)スkimミルク(乳)		コッペパン(小麦 乳 大豆)揚げ油 黒糖 三温糖 <u>粉末アーモンド</u>	
	トマトヌードルスープ	鶏肉	玉葱 人参 キャベツ トマト ニンニク	スパ(麺(小麦))	テミグラソース オイスター 醤油 シママース こしょう 豚だし骨
	ポテトとほうれん草のツナチーズ炒め	ツナ(大豆) チーズ(乳)	ほうれん草 玉葱	じゃが芋 大豆油 ノンエッグマヨ	醤油 シママース こしょう
	くだもの		パイン缶		
13／月	中華おこわ	豚肉 油揚げ(大豆)あお豆	人参 しいたけ たけのこ	米 もち米 大豆油 ごま ごま油 三温糖	料理酒 醤油 オイスター みりん シママース 豚だし骨
	はるまき	はるまき(小麦 大豆 豚肉)揚げ油			
	切干大根のピリ辛和え	とりささみ	切干大根 白菜 人参 胡瓜	三温糖	キムチの素(リンゴ イカ 大豆)醤油 シママース
14／火	麦ごはん			米 麦	
	県産野菜のみそ汁	豆腐 油揚げ(大豆) 味噌	へちま しめじ なぎ		シママース 花かつお
	白身魚の甘酢あんかけ	パンカシウス	玉葱 生姜	かたくり粉 揚げ油 三温糖 ごま油	醤油 料理酒 みりん 酢
	フルーツアロエ		アロエ パイン缶 みかん缶 もも缶		
15／水	肉野菜うどん	豚肉 かまぼこ	ニンニク 生姜 木くらげ キャベツ 人参 玉葱 小松菜	うどん(小麦)大豆油 三温糖	料理酒 醤油 みりん シママース 花かつお
	ししゃもの塩焼き	ししゃも			シママース こしょう
	ほうれん草の白和え	ツナ(大豆) 豆腐 みそ	ほうれん草	三温糖 ごま	ゴマトレ(小麦 ごま 大豆)醤油
	くだもの		ネーブル		
16／木	麦ごはん			米 麦	
	クレージシ	<u>とろろ</u> 豚肉 かまぼこ	冬瓜 しいたけ こんにゃく 小松菜		花かつお 醤油 シママース 豚だし骨
	じゃが芋タシャー	豚肉 油揚げ(大豆)	人参 ニラ	じゃが芋 三温糖 大豆油	醤油 みりん シママース かつおだし汁
	きびなごのから揚げ	きびなご 青のり粉		揚げ油 かたくり粉 小麦粉	シママース こしょう
17／金	バーガーパン			バーガーパン(小麦 乳 大豆)	
	コンボタージュスープ	鶏肉 白花生ペースト スkimミルク(乳)	人参 玉葱 ブロッコリー コーン缶	じゃが芋	ホワイトルー(小麦 乳 大豆 牛 鶏)シママース こしょう 豚だし骨
	ハンバーグのソースかけ	ハンバーグ(大豆 鶏肉 豚肉) みそ	パイン缶	三温糖 かたくり粉	ケチャップ ウスター
	コールスローサラダ		キャベツ 胡瓜 人参 コーン缶	ノンエッグマヨ グラニュー糖	酢 醤油 シママース
	スライスチーズ	チーズ(乳)			
8 月 献 立					
25／火	かやくごはん	鶏肉 油揚げ(大豆) 大豆	人参 ごぼう しいたけ こんにゃく インゲン	米 麦 大豆油	醤油 シママース 料理酒 豚だし骨 花かつお
	千草焼き	千草焼き(<u>とろろ</u> 小麦 乳 大豆 鶏肉)			
	モーウイのしそ和え		赤うり キャベツ 胡瓜 人参		ゆかり粉(しそ)青じそトレ(小麦 大豆) シママース
	くだもの		ネーブル		
26／木	麦ごはん			米 麦	
	野菜カレー	豚肉 白インゲン豆ペースト	なす 人参 玉葱 ビーマン ニンニク しょうが リンゴビュール	じゃが芋 マーガリン	カレー粉 カレーフレーク マドラスカレー(リンゴ 小麦) 豚だし骨 フルーツチャツネ(りんご)ウスター 料理酒
	ささみチーズ焼き	ささみチーズ焼き(乳 小麦 鶏肉 大豆)			
28／金	フルーツナタデココ		ナタデココ みかん缶 パイン缶 フルーツカクテル(もも) シークわさー果汁	砂糖	
	スパゲティナポリタン	ウインナー(小麦 牛 豚)	玉葱 人参 マッシュルーム ビーマン ニンニク トマト	スパ(麺(小麦)) 大豆油 三温糖	ケチャップ ウスター シママース こしょう
	ポテトのチーズ焼き	ベーコン(豚 大豆) 豆乳(大豆) チーズ(乳)	ミックスベジタブル パセリ乾	じゃが芋 さつま芋 マーガリン	シママース
31／月	大根としらすの和え物	<u>しらし</u> 昆布	大根 シークわさー果汁	オリーブ油 三温糖	醤油 酢
	麦ごはん			米 麦	
	もずくスープ	もずく 豆腐 オーシャンキング	玉葱 ねぎ		醤油 シママース 花かつお
	コロリスミート	豚ひき肉 豚レバー 大豆 レッドキドニー	玉葱 人参 ニンニク トマト ビーマン	大豆油	チリソース チリパウダー ケチャップ ウスター シママース こしょう
	コロリス チーズ野菜	チーズ(乳)	キャベツ		
	ヨーグルト	ヨーグルト(乳)			

※予定詳細献立表は、食品表示法に定められている28品目のみとなっています。
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・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉・もち・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・マカデミアナッツ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。※もやし・枝豆・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、アサリ等の二枚貝、しらす等の小魚類には、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・特濃酢・ワケビ 酢(小麦) ③ケチャップ(大豆・りんご) ④カレー粉(小麦・大豆・牛肉・鶏肉) ⑤豆腐・豆乳・おから・赤みそ・白みそ・麦みそ・甘口みそ・油あげ・厚揚げ・大豆油(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ノリワケミックス(大豆) ⑪鶏だし骨(鶏肉・卵) ⑫豚だし骨(豚肉)