

# 平成30年 1月の予定献立表



※ 宜野湾給食センターのアレルギー除去対応食材は★マークで表示しており、給食センターでの対応は次の通りです。

○…対応可能 ×…対応不可

※ 除去食対応は、学校および給食センターとの処遇会議を経て対応が決まった児童・生徒へ行うものです。

※ 食品衛生法に基づくアレルギー対象義務7品目(えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生)を表示しています。

日	行事	こ  ん  だ  て	主な材料と体内での動き			調味料
			(あか) おもに体をつくる もとになる食品	(きいろ) おもにエネルギーの もとになる食品	(みどり) おもに体の調子を 整えるもとになる食品	
9	火	ごはん はるさめスープ ピピンバ(肉) (ナムル) くだもの	牛肉、豚肉	米 はるさめ 三温糖、大豆油	人参、白菜、豆腐、たけのこ、しいたけ もやし、小松菜、人参、まくらげ くだもの	しょうゆ、しょうが、クミン、コチジャン しょうゆ、トウチジャン しょうゆ、酢
10	水	きなこあげパン クラムチャウダー 島やさいのラベサラダ	きなこ あさり	★給食パン、大豆油、黒糖 三温糖、アーモンド じゃが芋、小麦粉、大豆油	玉ねぎ、人参、セロリ、マッシュルーム 人参、パパイア、レーズン、ゴウ、レモン 島人参	ホワイトルウ しょうが、クミン 酢、マリネドレッシング しょうゆ
11	鏡開き	すきやまうどん ちくわのいそべあげ ぜんざい	牛肉、とうふ、なると ★卵、ちくわ、青のり 金時豆、あずき	うどん、三温糖、大豆油 小麦粉、大豆油 麦、黒糖、三温糖、にこもち グラニュー糖	白菜、ほうれん草、長ねぎ、しめじ、人参	しょうゆ、しょうが、クミン
12	金	ごはん 真だくさんみそしる ひじきの煮物 厚揚げのおろしあんかけ	豚肉、みそ ひじき、豚肉、かまぼこ、大豆 厚揚げ	米 大豆油 水あめ、でんぷん、三温糖	人参、もやし、山東菜、大根 こんにやく、人参、ニラ 大根	しょうゆ しょうゆ
15	月	ごはん チキンカレー たこ、わかめのマリネ くだもの	鶏肉	米 じゃが芋、小麦粉、大豆油 ★バター 三温糖、ドレッシング	人参、玉ねぎ、かぼちゃ 大根、ブルーベリー きゅうり、人参、キャベツ、ブロッコリー	カレールー、ウスターソース デミグラスソース、リンゴビュレ しょうゆ、酢
16	火	ごはん ちゅうかコーンスープ にんにくの芽のトウチジャンいため お豆腐しゅうまい	★卵、鶏肉 豚肉、厚揚げ、みそ お豆腐しゅうまい	米 でんぷん 大豆油、ゴマ油、でんぷん	コーン、ねぎ、トマト にんにく、人参、たけのこ、玉ねぎ キャベツ、にんにく	しょうが、クミン しょうゆ、トウチジャン
17	水	ごはん コッペパン ヌードルスープ チリコンカン フルーツヨーグルト	鶏肉 豚肉、無添加ワッパー、レッドキドニー レンズ豆 ヨーグルト	★給食パン スパゲティ 三温糖、大豆油、でんぷん	玉ねぎ、人参、大根、白菜、セロリ ズッキーニ 人参、玉ねぎ、にんにく、マッシュルーム トマト パイン、黄桃、みかん、りんご	煮干しだし、しょうが、クミン ウスターソース ポークソース
18	木	かみかみ献立 ごはん につげ きびなごのからあげ(乳使用後油) くだもの	豚肉、厚揚げ、こんにゃく、かまぼこ きびなご	米 三温糖 小麦粉、でんぷん、大豆油	大根、小松菜、人参、こんにやく、しょうが	しょうが、クミン しょうゆ
19	金	食育の日献立 ごはん なめこじる 肉豆腐 切り干し大根のあえもの	わかめ、みそ 豚肉、とうふ	米 三温糖、大豆油 アーモンド、ごま、三温糖	なめこ、えのき、大根、長ねぎ 玉ねぎ、人参、白菜、しめじ、長ねぎ こんにやく 大根、小松菜、きゅうり、人参、ゴウ	煮干しだし しょうゆ 酢、しょうゆ
22	月	ごはん もずくのすましじる 白煮のあひだし 魚のゆずみそやき	もずく、魚ソーメン 糸げずり みそ、さば	米 でんぷん、水あめ 三温糖	ねぎ 白菜、ほうれん草、人参 ゆず	しょうゆ しょうゆ しょうゆ
23	火	ごはん チキンストロガノフ ピーズサラダ キケンディナーズ カンダバージュニー 島にんじんイリチー	鶏肉、白花豆 ひよこ豆、大豆、レッドキドニー マローファットピース ★チーズ 豚肉、シーチキン	米 じゃが芋、小麦粉、★生クリーム ★バター、大豆油 マカロニ、三温糖、ドレッシング 米、小麦粉、大豆油 三温糖、大豆油	玉ねぎ、人参、セロリ、しめじ マッシュルーム きゅうり、ブロッコリー、あお豆、パプリカ コーン カンダバ、大根 島人参、人参、ごぼう、いんげん、にら こんにやく	しょうが、クミン デミグラスソース、ウスターソース ハヤシルウ 酢、しょうゆ しょうゆ、ポークソース しょうゆ
24	水	全国学校給食週間 鬼ムーチー ムーチー くだもの	豚肉、厚揚げ、かまぼこ、みそ	米 ムーチー	くだもの	
25	木	全国学校給食週間 ごはん 冬瓜のすりながしじる もずくどん ウサチ	★卵、鶏肉、うずあげ もずく、豚肉、大豆 糸げずり	米 でんぷん 三温糖、でんぷん、大豆油 三温糖	冬瓜、しいたけ 人参、玉ねぎ、ゴウ、パプリカ、ピーマン もやし、人参、大根、小松菜	しょうが、クミン しょうゆ、しょうゆ しょうゆ
26	金	全国学校給食週間 黒米ごはん イナムトウチ タニシムチンガカ クニイリチー	豚肉、かまぼこ、みそ 豚肉、かまぼこ、こんにゃく	米、黒米 ごま 田芋、グラニュー糖 三温糖、大豆油	しいたけ、こんにやく しょうが 大根、人参、いんげん	ポークソース しょうゆ
29	月	全国学校給食週間 きびごはん ソーまじる チキナーチャンプルー アーサーアンダナースー	豚ソーま、こんにゃく、みそ シーチキン、厚揚げ ★アーサー、みそ、糸げずり	米、きび 三温糖、ごま、大豆油	大根、人参、小松菜、しょうが からしな、もやし、人参	しょうゆ、ポークソース しょうゆ
30	火	全国学校給食週間 沖縄そば(めん) 沖縄そば マーニナーチャンプルー シークワサーカステラ	豚肉、かまぼこ とうふ、かまぼこ ★卵、調整豆乳	沖縄そば 大豆油 小麦粉、アーモンド、上白糖 ★バター、グラニュー糖	ねぎ、しょうが もやし、キャベツ、人参、ニラ シークワサー	しょうゆ、ポークソース しょうゆ
31	水	ごはん かぼちゃのポタージュスープ タコスミート ポイルキヤベツ タコライス用チーズ	白花豆、鶏肉 豚肉、大豆、レッドキドニー レンズ豆 ★チーズ	米 小麦粉、★バター、大豆油 ★生クリーム 三温糖、大豆油	かぼちゃ、玉ねぎ、セロリ 人参、コーン、玉ねぎ、トマト キャベツ、きゅうり	しょうが、クミン トマトソース、ウスターソース

☆食材、その他の都合により献立を変更することがあります。  
 ☆学校給食費は、期限内に納めましょう。  
 ☆調味料・加工品の原材料については裏面をご覧ください。  
 ☆アーサー・ちりめんじゃこには、エビが混入している場合があります。  
 ☆揚げ油は数回使用します。アレルギーで気になる方は、給食センターまでご連絡ください。

学校給食の 栄養基準量	C=エネルギー P=タンパク質 F=脂質		
	小学校	640 kcl	24.0 g
中学校	820 kcl	30.0 g	27.3 g

# 学校給食調味料等一覧表

宜野湾学校給食センター TEL: 098-898-4541

調味料等	アレルゲン	調味料等	アレルゲン
しょうゆ	大豆・小麦	給食パン	小麦・乳・大豆
酢	小麦	無添加ポーク	豚肉・鶏肉
みそ	大豆	無添加ハム	豚肉・鶏肉・大豆
赤だしみそ	大豆・さば・鶏肉	無添加ベーコン	豚肉・大豆
ウスターソース	大豆・りんご	無添加ウインナー	豚肉・
デミグラスソース	牛肉・小麦・豚肉・大豆	あらびきウインナー	鶏肉・豚肉
カレールウ	小麦・大豆・鶏肉・牛肉	サルサポモドーロ	豚肉・ゼラチン
ホワイトルウ	小麦・乳・大豆・鶏肉・牛肉	麩	小麦
ドライカレー	乳・牛肉・大豆・豚肉・りんご	ABCマカロニ	小麦
チキンガラスープ	鶏肉	10種豆ミックス	小麦・大豆
ポークガラスープ	豚肉・鶏肉・りんご	パン粉	小麦・大豆
マヨネーズ	卵・大豆・りんご	沖縄そば・スパゲティ・マカロニ・うどん・ラーメン・ワンタン	小麦
ノンエッグマヨネーズ	大豆・りんご		
大豆油	大豆	かまぼこ・ちくわ・なると	大豆
ごま油	大豆・ごま	トマトソース	大豆
コールスロードレッシング	卵・大豆	タンカンドレッシング	小麦・大豆・ゼラチン
ピーナツバター	落花生・大豆	ポークビーンズ	小麦・大豆・豚肉
テンメンジャン	小麦・大豆・ごま	梅肉	りんご・大豆
トウバンジャン	小麦・大豆	マリネドレッシング	大豆・りんご
コチジャン	大豆	リンゴピューレ	りんご
ハヤシルウ	小麦・大豆・牛肉	和風ドレッシング	小麦・大豆・豚肉・りんご
がんもどき	大豆・ごま	マーガリン	乳・大豆・豚肉
きなこ	大豆	煮干しだし	さば
うずらの卵	卵	豆腐・油揚げ・高野豆腐	大豆
チーズ・バター生クリーム 脱脂粉乳・チーズパウダー ヨーグルト	乳	豆乳・調整豆乳・厚揚げ トウチジャン	小麦・大豆・鶏肉
マーガリン	乳・大豆・豚肉	お豆腐しゅうまい	小麦・大豆
シーチキン	大豆		
味付けもずく	小麦・大豆		

宜野湾市の給食センターでは、「安全・安心・確実」な給食の提供を行うため、食品衛生法に基づくアレルギー対象表示義務7品目について除去食対応をしています。（表示義務7品目：卵・乳・小麦・えび・かに・落花生・そば）

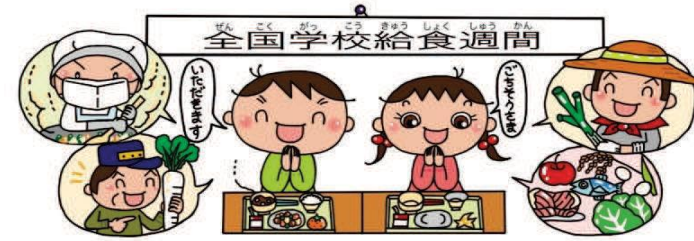
この一覧表は、今月の予定献立で使用する調味料等について、上記の7品目及び推奨20品目を含み、合計27品目のアレルゲンを記載しています。

（推奨20品目：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・ゼラチン  
大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・カシューナッツ・ごま）

給食センターで対応できないアレルゲンについては、  
予定献立表及び本調味料表においてご家庭で確認ください。



1/24 (水) ~ 1/30 (火) の期間は全国学校給食週間となっています。  
宜野湾給食センターでは、今年も【郷土の料理を知ろう】をテーマに、琉球料理や県産食材を使用した献立、沖縄でなじみのある献立を取り入れています。私たちの生まれ育った土地に昔から伝わる料理や食材を知り、受けついで大切にしていきたいですね。



1月 8日 (月)	1月 9日 (火)	1月 10日 (水)	1月 11日 (木)	1月 12日 (金)
<p>せいじんの日</p> <p>成人の日</p>	<p>くだもの</p> <p>ピピンパ</p> <p>(ごはん) はるさめスープ</p>	<p>島やさいのラペサラダ</p> <p>きなこあげパン クラムチャウダー</p>	<p>かがみびらき</p> <p>ちくわのいそべあげ</p> <p>すきやきうどん ぜんざい</p>	<p>あつあげのおろしあんかけ</p> <p>ひじきのごもくに</p> <p>ごはん ぐだくさんみそしる</p>
1月 15日 (月)	1月 16日 (火)	1月 17日 (水)	1月 18日 (木)	1月 19日 (金)
<p>くだもの</p> <p>チキンカレー</p> <p>(ごはん) タコとわかめのマリネ</p>	<p>しゅうまい</p> <p>にんにくのめトウチジャンいため</p> <p>ごはん ちゅうかコーンスープ</p>	<p>フルーツヨーグルト</p> <p>チリコンカン</p> <p>コッパン ヌードルスープ</p>	<p>かがみ献立</p> <p>くだもの</p> <p>きびなごのからあげ</p> <p>ごはん につけ</p>	<p>食育の日献立</p> <p>きりぼしだいこんのあえもの</p> <p>ごはん ぶどう豆腐</p> <p>なめこじる</p>
1月 22日 (月)	1月 23日 (火)	1月 24日 (水)	1月 25日 (木)	1月 26日 (金)
<p>魚のゆずみそやき</p> <p>はくさいのおひたし</p> <p>ごはん もずくのすましじる</p>	<p>キャンディチーズ</p> <p>ビーンズサラダ</p> <p>ごはん チキンストロガノフ</p>	<p>くだもの 行事：鬼ムーチー</p> <p>ムーチー</p> <p>カンダバージュシー</p> <p>島にんじんイリチー</p>	<p>ウサチ</p> <p>もずくどん</p> <p>(ごはん) とうがんのすりながしじる</p>	<p>ターンムデンガク</p> <p>クーブイリチー</p> <p>くろまいごはん イナムドゥチ</p>
1月 29日 (月)	1月 30日 (火)	1月 31日 (水)	<p>あけましておめでとう</p>	
<p>アーサ入りアングンスー</p> <p>チキナーチャンプルー</p> <p>きびごはん ソーキじる</p>	<p>シークワーサーカステラ</p> <p>マーミナチャンプルー</p> <p>沖縄そば 沖縄そば(しる)</p>	<p>ポイルキャベツ</p> <p>チーズ</p> <p>タコスミート</p> <p>(ごはん) かぼちゃのポタージュ</p>		