

# 平成29年 11月の予定献立表

はごろも学校給食センター  
TEL 897-8560

- ※ はごろも学校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。
- ※ はごろも学校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			調味料	
		(あか) (きいろ) (みどり)				
曜日	欠食等	おもに体をつくる もともになる食品			おもにエネルギーの もともになる食品	おもに体の調子を 整えるもともになる食品
1	水	ごはん		米		
		大根のすまし汁	わかめ、油揚げ、かつお節、だし昆布		三温糖、ごま、なたね油	だいこん
		根菜のごまみそ炒め	豚肉、ちくわ、厚揚げ、みそ			ごぼう、れんこん、にんじん、たまねぎ
2	木	はごろも揚げ	ほき、大豆	大豆油		いんげん、しょうが
		麦ごはん		米、麦		
		あさりのみそ汁	あさり、わかめ、豆腐、みそ、かつお節			だいこん、えのきたけ
		牛肉とごぼうの炒め物	牛肉	三温糖、ごま油		ごぼう、にんじん、こまつな、こんにゃく
6	月	くだもの				くだもの
		ふりかけ	海苔香味ふりかけ			
		ごはん		米		
		クーリジシ	卵(○) 豚肉、★液卵、かまぼこ			しいたけ、こんにゃく、とうがんと、きくらげ
7	火	かとお節				ねぎ
		パパイヤチャンプルー	ベーコン、厚揚げ	なたね油		パパイヤ、にんじん、にら
		芋の甘がらめ		さつまいも、大豆油、三温糖		
		パインゼリー		粉末黒糖、水あめ、でん粉		
8	水	みそラーメン(麺)		中華めん		
		汁	豚肉、みそ	中華めん、なたね油、ごま油、ごま		もやし、にんじん、長ねぎ、にら、コーン
		肉とブロッコリーの中華炒め	鶏肉	三温糖、なたね油、でん粉		キャベツ、にんにく、しょうが
9	木	揚げぎょうざ	ぎょうざ	大豆油		ブロッコリー、にんじん、たまねぎ、しめじ
		麦ごはん		米、麦		たけのこ
		もずくのすまし汁	もずく、豆腐、かつお節、だし昆布			
10	金	そぼろ丼の具	鶏肉、大豆	三温糖、なたね油		たまねぎ、たけのこ、にんじん、いんげん、しょうが
		かみかみ和え	イカ	三温糖、ごま油、ごま		だいこん、にんじん、きゅうり、シークワサー
		麦ごはん		米、麦		
13	月	根菜汁	鶏肉、油揚げ、かつお節	じゃがいも		にんじん、ごぼう、だいこん、ねぎ
		野菜炒め	チキアゴ、ベーコン	なたね油		きゃぶ、にんじん、もやし、こまつな、にんにく
		魚の塩麴焼き	さば	塩麴		
		発芽玄米ごはん		米、発芽玄米		
14	火	マーボー大根	豚肉、大豆、豆腐、みそ	グラニュー糖、ごま油、なたね油		だいこん、にんじん、たまねぎ、たけのこ
		切干大根の中華和え	わかめ、糸かまぼこ	ごま、三温糖、ラー油、ごま油		長ねぎ、にら、しいたけ、しょうが、にんにく
		くだもの				だいこん、こまつな、きゅうり、コーン
15	水	黒糖パン	乳(×)	★給食パン		くだもの
		麦のポタージュスープ	ベーコン、★生クリーム	麦、じゃがいも、なたね油		にんじん、たまねぎ、セロリ、コーン
		ブロッコリーサラダ				にんじん、たまねぎ、セロリ、コーン
		チキンのマスタード焼き	鶏肉	にんじんドレッシング		ブロッコリー、カリフラワー、きゅうり、だいこん
16	木	ウクライリチー	おから、豚肉、チキアゴ、ひじき	なたね油		しょうゆ、粒マスタード
		もずく入り厚焼玉子	卵(×) ★もずく入り厚焼玉子			
		ごはん		米		
17	水	沖繩風みそ汁	豚肉、豆腐、みそ、かつお節	じゃがいも		にんじん、こまつな、とうがんと
		ウクライリチー	おから、豚肉、チキアゴ、ひじき	なたね油		もやし、にんじん、こんにゃく、にら
		もずく入り厚焼玉子	卵(×) ★もずく入り厚焼玉子			
18	木	鶏汁	鶏肉、かつお節			とうがんと、たまねぎ、にんじん、長ねぎ
		いり豆腐	卵(○) 豆腐、豚肉、大豆、★液卵	なたね油		しょうが
		白菜のおかか和え	糸けずり	三温糖		にんじん、こまつな、しいたけ
		芋の炊き込みごはん	豚肉、チキアゴ、油揚げ、かつお節	米、麦、紅芋、さつまいも、なたね油		はくさい、きゅうり、シイクワシャー
19	金	大根の煮つけ	鶏肉、かつお節	三温糖、なたね油		にんじん、ねぎ、サトウキビバガス
		ししゃも青のりフライ	子持ちししゃも青のりフライ	大豆油		こんにゃく、だいこん、にんじん、こまつな
		ブルー				しいたけ、しょうが
20	土	ブルー				ブルー

17 金	嘉数中 普天間小6年 嘉数小6年	麦ごはん		米、麦		
		ヌードルコンソメスープ	ベーコン	スパゲティ	にんじん、たまねぎ、こまつな、えのきたけ	しょうゆ、ブイヨン
		チリライス《ミート》 乳(O)	豚肉、大豆、レッドキドニー ★チーズ	なたね油	たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく	ウスターソース
		大根サラダ		アーモンド イタリアンドレッシング	だいこん、きゅうり、コーン、カリフラワー	マッシュルーム
		きのこスパゲティ	ベーコン	スパゲティ、なたね油、オリーブ油	にんじん、たまねぎ、しめじ、 マッシュルーム、しいたけ、にんにく	しょうゆ
	真志喜中3年 バイキング給食	魚のピザ焼き	白身魚、チーズ		たまねぎ、ピーマン	ピザソース
		付け合せ			ブロッコリー、ミニトマト、かぼちゃ	
		ポテトカップグラタン		ポテトカップグラタン		
		フルーツポンチ			みかん缶、もも缶、パイナップル、アロエ びんご、ナタデココ、シークワーサー	
20 月		ごはん		米		
		中華スープ 卵(O)	豚肉、イカ、★うずら卵	ごま油、なたね油	はくさい、にんじん、しいたけ、しょうが	しょうゆ、ブイヨン
		ビーフン炒め	豚肉	ビーフン、三温糖、ごま油、なたね油	にんじん、キャベツ、たまねぎ、にんにく	しょうゆ、ブイヨン
		ショウロンポー	ショウロンポー			
21 火		きなこ揚げパン《小》 乳(X)	きな粉、★脱脂粉乳	★給食パン、三温糖、アーモンド		
		あみ胚芽パン《中》		粉末黒糖、大豆油		
		ポトフ	鶏肉、ウィンナー	給食パン		
		ピーンズサラダ	ひよこまめ、えんどうまめ いんげんまめ	じゃがいも	にんじん、たまねぎ、キャベツ、ブロッコリー	しょうゆ、ブイヨン
		くだもの《中》		ノンエッグマヨネーズ、三温糖	だいこん カリフラワー、きゅうり、にんじん	酢
				シイクワシャー		
				くだもの		
22 水	大謝名小 1～5年	麦ごはん		米、麦		
		シカムドゥチ	豚肉、かまぼこ、かつお節		こんにやく、とうがんと、しょうが、しいたけ	しょうゆ
		人参シリシリ 卵(O)	★液卵 ツナ、魷	なたね油	にんじん、たまねぎ、ニラ	しょうゆ
		納豆みそ	納豆、糸けずり、みそ	三温糖、なたね油	ねぎ、しょうが	
24 金	和食の日	ごはん		米		
		じゃがいもときのこのみそ汁	豆腐、わかめ、みそ、かつお節	じゃがいも	にんじん、しめじ、えのきたけ、長ねぎ、小松菜	
		ひじき炒め	ひじき、豚肉、大豆、チキアギ、かつお節	三温糖、なたね油	にんじん、ニラ、もやし、こんにやく	しょうゆ
		魚のおろし煮	ぶりのおろし煮			
27 月	普天間第二小	あみ胚芽パン《小》 乳(X)		★給食パン		
		きなこ揚げパン《中》	きな粉、脱脂粉乳	給食パン、三温糖、アーモンド		
		さつま芋のクリームシチュー 乳(O)	鶏肉、★生クリーム、白いんげん豆	粉末黒糖、大豆油	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー	★ホワイトルウ、ブイヨン
		キャベツのツナサラダ	ツナ	さつまいも、小麦粉、★無塩バター	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー	マッシュルーム
		くだもの《小》		ごま、三温糖、オリーブ油	キャベツ、きゅうり、赤ピーマン、コーン	しょうゆ、酢
					シイクワシャー	
					くだもの	
28 火	嘉数中2年	ごはん		米		
		えのきたけ豆腐のスープ	豆腐	ごま油、でん粉	えのきたけ、にんじん、しいたけ、チンゲン菜	しょうゆ、ブイヨン
		鶏だんご野菜の中華煮	鶏だんご	ごま油、でん粉	にんじん、たまねぎ、はくさい、たけのこ	オイスターソース
		大豆の黒糖がらめ	大豆	三温糖、粉末黒糖	にんにくの芽、にんにく、しょうが	しょうゆ
29 水	普天間小 嘉数中2年	スパゲッティーナボリタン	ウィンナー、牛肉	スパゲティ、三温糖、なたね油	にんじん、たまねぎ、ピーマン、にんにく	ウスターソース
		アーモンドサラダ		オリーブ油	マッシュルーム	ブイヨン
		魚のカレー風味焼き	さば	アーモンド、フレンチクリーミードレッシング	こまつな、パパイア、カリフラワー、コーン	
		チーズ 乳(X)	★チーズ	コーンクリームードレッシング	にんじん	
	普天間中3年 バイキング給食	クロワッサン		クロワッサン		
ベジタブルスープ		鶏肉	じゃがいも	にんじん、たまねぎ、セロリ、しめじ、小松菜	しょうゆ、ブイヨン	
鶏肉のサクサク焼き		鶏肉、チーズ	パン粉、オリーブ油	にんにく、パセリ		
ポテトカップグラタン			ポテトカップグラタン			
		付け合せ			ブロッコリー、かぼちゃ、ミニトマト	
		フルーツポンチ			みかん缶、もも缶、パイナップル、アロエ びんご、ナタデココ、シークワーサー	
30 木	嘉数中2年	麦ごはん		米、麦		
		貝だくさんみそ汁	豚肉、厚揚げ、みそ、かつお節	じゃがいも	かぼちゃ、だいこん、にんじん、長ねぎ	
		青菜のゴマ和え		三温糖、ごま	こまつな、きゅうり、もやし、にんじん	しょうゆ、酢
		ちくわの磯部揚げ	ちくわの磯部揚げ	大豆油		

☆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。

学校給食の 栄養基準量	G=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
	小学校	640 kcal	24.0 g
中学校	820 kcal	30.0 g	25.0 g

H29年度 学校給食調味料・加工品等表示一覧表

宜野湾市立はごろも学校給食センター TEL 897-8560

調味料・加工品名	原材料名	調味料・加工品名	原材料名
しょうゆ	大豆・小麦	七味唐辛子	ごま
酢	小麦	海苔香味ふりかけ	小麦・ごま・大豆
ブイヨン	鶏肉・豚肉	ぎょうざ	小麦・大豆・豚肉・ごま
みそ	大豆	子持ちししゃも青のりフライ	小麦・大豆
赤だし	大豆・さば・鶏肉		
テンメンジャン	小麦・大豆・ごま	もずく入り厚焼玉子	卵・小麦・大豆
チャツネ	りんご	ショウロンポー	小麦・大豆・鶏肉・豚肉
オイスターソース	大豆	ぶりのおろし煮	小麦・大豆
トマトソース	大豆	うずらの卵	卵
デミグラスソース	小麦・牛肉・大豆・豚肉	鶏だんご	小麦・鶏肉・大豆
ウスターソース	大豆・りんご	ちくわの磯辺揚げ	小麦・大豆
りんごピューレ	りんご	クロワッサン	卵・乳・小麦
カレールウ	小麦・大豆・鶏肉・牛肉	ピザソース	大豆・りんご
ハヤシルウ	小麦・大豆・牛肉	黄桃	もも
ホワイトルウ	小麦・乳・大豆・鶏肉・牛肉	ポテトカップグラタン	乳・小麦・大豆・鶏肉
ワンタン	小麦・大豆	にんじンドレッシング	大豆・オレンジ・りんご
麩	小麦	パン粉	小麦・大豆
給食パン	小麦・乳・大豆		
スパゲティー・マカロニ	小麦		
ミニミニ納豆	大豆・小麦		
無塩せきウィンナー	豚肉		
無添加ハム	豚肉・大豆・鶏肉		
無添加ベーコン	豚肉・大豆		
かまぼこ・ちくわ チキアギ・なると	大豆		
無塩バター・ヨーグルト チーズ	乳		
中華めん・うどん 沖縄そば・ウージ沖縄そば	小麦		
豆腐・厚揚げ・豆乳 こうや豆腐・油揚げ	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: えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生)

※この一覧表は、給食予定献立で使用する調味料・加工品等について、上記の7品目、及び推奨20品目を含む 合計27品目のアレルギーを記載しています。推奨20品目: (あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、くるみ、ごま、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)

平成29年  
きゅうしゅくはい  
**11月の給食配ぜん図 (小学校用)**

かんしゃ  
**★感謝してたべよう★**

はごろも学校給食センター

		11月1日 (水)		11月2日 (木)		11月3日 (金)			
		根菜のごまみそ炒め ごはん 大根のすまし汁	はごろも揚げ MILK 麦ごはん あさりのみそ汁	文化の日					
11月6日 (月)		11月7日 (火)		11月8日 (水)		11月9日 (木)		11月10日 (金)	
パインゼリー 芋の甘がらめ ごはん パパイアチャムブル クーリジン		揚げぎょうざ 豚肉とブロッコリー の中華炒め 鶏 みそラーメン MILK		かみかみ和え そはつ丼 (麦ごはん・具) もずくのすまし汁 MILK		野菜炒め 魚の塩麴焼き 麦ごはん 根菜汁 MILK		くだもの 切干大根の中華和え 発芽玄米ごはん マーボー大根 MILK	
11月13日 (月)		11月14日 (火)		11月15日 (水)		11月16日 (木)		11月17日 (金)	
チキンのマスタード焼き ブロッコリーサラダ 黒糖パン 麦のポタージュスープ MILK		ウカライリチー もずく入り厚焼玉子 ごはん 沖縄風みそ汁 MILK		白菜のおかか和え いり豆腐 ごはん 鶏汁 MILK		プルーン ししゃもの天ぷら 芋の炊き込みごはん 大根の煮つけ MILK		大根サラダ チリライス (ごはん・ミート) ニュードコンソメスープ MILK	
11月20日 (月)		11月21日 (火)		11月22日 (水)		11月23日 (木)		11月24日 (金)	
アーモンド ビーフン炒め ショーロンポー ごはん 中華スープ MILK		ビーンズサラダ きなこ揚げパン ポトフ MILK		納豆みそ 人参シリシリ 麦ごはん シカムドゥチ MILK		勤労感謝の日		ひじき炒め 魚のおろし煮 ごはん じゃがいもと きのこのみそ汁 MILK	
11月27日 (月)		11月28日 (火)		11月29日 (水)		11月30日 (木)			
くだもの キャベツのツナサラダ あみ胚芽パン さつま芋の クリームシチュー MILK		大豆の黒糖がらめ 鶏だんご 野菜の中華煮 ごはん えのきと豆腐のスープ MILK		チーズ 魚のカレー焼き スパゲッティ・ナポリタン アーモンドサラダ MILK		青菜のゴマ和え ちくわの磯部揚げ 麦ごはん 貝だくさんみそ汁 MILK			