

平成30年 3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。

○…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	
1 木	受験応援献立 受験に勝つカレー 普天間第二小幼稚	★毎日牛乳がつかます 煮ごはん 野菜カレー	乳 (○) とりにく、だいず、★スキムミルク	こめ、麦 じゃがいも、小麦粉、★無塩バター	にんじん、たまねぎ、ピーマン、セロリ、トマト	ブイオン、カレールウ
		わかめの酢の物 トンカツ	わかめ トンカツ	さとう、なたね油 さとう、ごま 大豆油	かぼちゃ、にんにく、しょうが きゅうり、コーン、もやし	ウスターソース、チャツネ しょうゆ、酢
2 金	ひなまつり献立	ちらし寿司 赤だし	とうふ、あさり、わかめ、赤だし かつお節	こめ	えのきたけ	ちらしずし
		白菜と小松菜のゴマ和え さばの塩焼き ひなあられ	さば	ごま	はくさい、にんじん、小松菜、もやし	しょうゆ
5 月	リクエスト 献立	しょうゆラーメン	ぶたにく、なると	中華めん、ごま油	もやし、ねぎ、コーン、にんにく しょうが	ブイオン、しょうゆ
		にんにくの芽炒め 多菜包子	とりにく、あつあげ ★多菜包子	なたね油、ごま油	にんにく芽、にんじん、キャベツ	ウスターソース、しょうゆ
6 火	中学校3年	煮ごはん 豆腐のみそ汁	わかめ、とうふ、あぶらあげ みそ、かつお節	こめ、麦	だいにん、えのきたけ、ねぎ	
		鶏さぼろ煮 くだもの	とりにく、だいず	さとう、なたね油	たまねぎ、にんじん、いんげん、しょうが くだもの	しょうゆ
7 水	中学校3年	煮ごはん かき汁	★たまご、わかめ、かつお節、だし昆布	こめ	えのきたけ、だいにん、小松菜	しょうゆ
		ピーマンとごぼうのきんぴら 魚の照り焼き	ぶたにく、かつお節 ギンヒラス	さとう、ごま油、なたね油、ごま さとう	ごぼう、にんじん、こんにやく、ピーマン しょうが	しょうゆ、七味唐辛子 しょうゆ
8 木	中学校3年	鶏さぼろ煮 大根のそぼろ煮	とりにく、だいず、かつお節 ぶたにく、かつお節	こめ、麦、なたね油 さとう、なたね油	にんじん、ごぼう、しいたけ、ねぎ だいにん、にんじん、たまねぎ、いんげん しょうが	しょうゆ しょうゆ
		芋天ぷら ごはん		さつまいも天ぷら、大豆油		
9 金	リクエスト 献立	ベジタブルスープ	ピーマン	コメ	たまねぎ、だいにん、セロリ	しょうゆ、ブイオン
		タコライス(ミート) 《やさい》 《チーズ》	ぎゅうにく、ぶたにく、だいず ★チーズ	さとう、なたね油	たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく キャベツ	トマトソース、ピザソース しょうゆ、ウスターソース
12 月	中学校	卒業デザート(中3) 豆乳プリン(その他)		卒業ケーキ 豆乳プリン		
		黒糖パン	乳 (×)	★給食パン		
13 火	中学校3年	ジュリエンスープ	ピーマン		切干大根、たまねぎ、にんじん、小松菜	ブイオン、しょうゆ
		カラフルサラダ		アーモンド、さとう イタリアンドレッシング	しめじ きゅうり、カリフラワー、にんじん	酢
14 水	中学校3年	チキンのオープン焼き テーブルロール	とりにく	水あめ 給食パン	あおまめ しょうが、にんにく	リンゴピューレ、しょうゆ
		ツナピラフ	とりにく、ツナ	こめ、無塩バター、なたね油	にんじん、たまねぎ、マッシュルーム コーン、ピーマン	ブイオン
15 木	中学校3年	野菜グラタン フルーツポンチ	ウインナー、チーズ	じゃがいも	ほうれん草、たまねぎ、赤ピーマン、しめじ みかん、もも、パイナップル、ぶどう、アロエ ナタデココ、シクワシャー	ホワイトソース
		中華風コーンスープ 厚揚げの中巻煮	★たまご ぶたにく、あつあげ	こめ でん粉 さとう、でん粉、ごま油	コーン、たまねぎ にんじん、はくさい、たけのこ、しいたけ チンゲンサイ、しょうが、にんにく くだもの	しょうゆ、ブイオン ブイオン、しょうゆ
16 金	中学校3年	くだもの 煮つけ	ぶたにく、こんぶ、あつあげ ちくわ、かつお節	こめ さとう、なたね油	だいにん、こんにやく、にんじん、小松菜	しょうゆ
		キャベツと小魚の和え物 エビ・カニ(○)	★しらす、ツナ	ごま、ごま油、さとう	キャベツ、きゅうり、もやし	しょうゆ、酢
19 月	中学校3年 食育の日	焼きししゃも	子持ちししゃも	こめ	シークワサー	
		鶏汁	とりにく、かつお節	さとう、なたね油 さとう、なたね油	とうがん、たまねぎ、にんじん、こまつな しょうが	しょうゆ
20 火	中学校3年 普天間第二小幼稚	ひじき炒め 納豆みそ	ひじき、ぶたにく、だいず、チキアギ なっとう、いとけずり、みそ	さとう、なたね油 さとう、なたね油	にんじん、ほうろく、もやし、こんにやく しょうが	しょうゆ
		スパゲティ・ナポリタン	ウインナー	スパゲティ、さとう、なたね油 オリーブ油	にんじん、たまねぎ、ピーマン マッシュルーム、にんにく	ブイオン、ウスターソース
22 木	中学校3年 小学校	ビーンズサラダ	ひよこまめ えんどう、いんげんまめ	さとう、ノンエッグマヨネーズ ごま	ブロッコリー、キャベツ、コーン	しょうゆ、酢
		キャベツのメンチカツ クープジュシー	キャベツのメンチカツ	大豆油		
20 火	中学校3年 普天間第二小幼稚	野菜チャンプルー 魚の燻フライ	コーン、ぶたにく、かまぼこ かつお節 あつあげ、ツナ、糸けずり ホキ、青のり	こめ、なたね油 パン粉、小麦粉、大豆油	しいたけ、にんじん、ねぎ キャベツ、にんじん、もやし、小松菜	ブイオン、しょうゆ
		えのきたけと豆腐のスープ ピピンバ(肉みそ) (ナムル)	とりにく、とうふ ぎゅうにく、ぶたにく、だいず、みそ	こめ でん粉、ごま油 さとう、ごま油、なたね油	えのきたけ、はくさい、にんじん、ねぎ しょうが、にんにく	ブイオン、しょうゆ しょうゆ
22 木	中学校3年 小学校	卒業デザート(6年生) ぶどうゼリー(その他)		ごま、ごま油 アイスクリーム ぶどうゼリー	もやし、小松菜、にんじん	しょうゆ
		豚汁 麦と野菜のスープ	あさり	給食パン 麦、じゃがいも	キャベツ、にんじん、たまねぎ	ブイオン、しょうゆ
22 木	中学校3年 小学校	大根とコーンのサラダ 手づくりミートローフ	ぶたにく、ぎゅうにく、だいず たまご、加工乳	にんじんだレッシング さとう パン粉	だいにん、きゅうり、コーン、えだまめ にんじん、たまねぎ、ピーマン、にんにく	ウスターソース デミグラスソース

☆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。

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	27.3 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	パン粉	小麦・大豆
酢	小麦	トンカツ	小麦・大豆
ブイヨン	鶏肉・豚肉	ちらしずし	小麦・大豆・鶏肉
みそ	大豆	ひなあられ	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	多菜包子	乳・小麦・ごま・大豆 鶏肉・豚肉
チャツネ	りんご	さつまいも天ぷら	小麦
オイスターソース	大豆	卒業ケーキ(中3)	卵・乳・小麦・大豆
トマトソース	大豆	豆乳プリン	大豆
デミグラスソース	小麦・牛肉・大豆・豚肉	キャベツのメンチカツ	小麦・大豆・鶏肉・豚肉
ウスターソース	大豆・りんご	にんじンドレッシング	大豆・オレンジ・りんご
りんごピューレ	りんご	バニラアイスクリーム	乳・大豆
カレールウ	小麦・大豆・鶏肉・牛肉	ホワイトソース	小麦・乳・大豆
ハヤシルウ	小麦・大豆・牛肉	七味唐辛子	ごま
ホワイトルウ	小麦・乳・大豆・鶏肉・牛肉	ピザソース	大豆・りんご
ワンタン	小麦・大豆		
麩	小麦		
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・ウーヅ沖縄そば	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30年
きゅうしよくはいず
3月の給食配ぜん図

ねんかん しょくせいかつ
★1年間の食生活をふいかえろう★

はごろも学校給食センター

<p>からだ た かた 体によい食べ方が、できたかな？ できていたかな？ できなかったことは 気をつけていこうね。</p> <p>ひじをつかす、しせいよく 食べたかな？ ひとひととよくかんで、 食べたかな？ すききらいしないで、 食べたかな？</p>			<p>3月1日(木)</p> <p>トンカツ わかめの酢の物 MILK 麦ごはん 受験にカツ！カレー</p>		<p>3月2日(金)</p> <p>ひなあられ MILK 白菜のゴマ和え さばの塩焼き ちらし寿司 赤だし</p>		
<p>3月5日(月)</p> <p>にんにくの芽炒め 多菜包子 MILK しょうゆラーメン(麺・汁)</p>	<p>3月6日(火)</p> <p>くだもの MILK 鶏そぼろ丼 豆腐のみそ汁 麦ごはん・具</p>	<p>3月7日(水)</p> <p>ピーマンとごぼうの 魚の照り焼き MILK きんぴら ごはん かき玉汁</p>		<p>3月8日(木)</p> <p>MILK 芋天ぷら 鶏ごぼうごはん 大根のそぼろ煮</p>		<p>3月9日(金)</p> <p>卒業ケーキ(中3) MILK 豆乳プリン(その他) タコライス (麦ごはん、タコスミート ベジタブルスープ 野菜、チーズ)</p>	
<p>3月12日(月)</p> <p>カラフルサラダ チキンオープン粉焼き MILK 黒糖パン ジュリエンヌスープ</p>	<p>3月13日(火)</p> <p>くだもの MILK 厚揚げの中華煮 ごはん 中華風コーンスープ</p>	<p>3月14日(水)</p> <p>キャベツと小魚の 焼きししゃも MILK 和え物 ごはん 煮つけ</p>		<p>3月15日(木)</p> <p>納豆みそ MILK ひじき炒め ごはん 鶏汁</p>		<p>3月16日(金)</p> <p>MILK キャベツのメンチカツ スパゲティー ナポリタン ビーンズサラダ</p>	
<p>3月19日(月)</p> <p>MILK 魚の磯フライ グープジュシー 野菜チャンプルー</p>	<p>3月20日(火)</p> <p>アイスクリーム(6年のみ) MILK ぶどうゼリー(その他) ピビンバ えのきと豆腐のスープ (ごはん・具)</p>	<p>3月21日(火)</p> <p>春分の日</p>		<p>3月22日(木)</p> <p>MILK 大根とコーン手づくりミートローフ のサラダ なかよしパン 麦と野菜のスープ</p>		<p>進学進学 おめでとう</p>	