

令和元年 6月の予定献立表



宜野湾学校給食センター
TEL 098-898-4541

※ 宜野湾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	主な材料と体内での働き				調味料
		こ ん だ て	(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	
3	しいら姿揚げ給食	しいら姿揚げ(宜野湾中3年)	しいら	小麦粉、大豆油、三温糖	ブロッコリー、トマト、かぼちゃ、シーカー	しょうゆ、酢
月	宜野湾小	ごはん	とりの肉、油揚げ	米	とうがん、人参、えのきたけ、小松菜、生姜	しょうゆ
		とうがんじる	チキアギ、(丼)	ふ、大豆油	人参、玉ねぎ、ニラ	しょうゆ
4		しいら	豚肉、みそ	三温糖、こま、大豆油		
火		ごはん	とうふ、みそ	米	大根、しめじ、人参、小松菜	
		だいたいこんのみそじる	豚肉、ちくわ	三温糖、丁ま油、大豆油	ごぼう、人参、こんにやく、さやいんげん	しょうゆ
5		ココアあげパン (乳 ×)	カエリ	ア-モド、こま、水あめ、三温糖		
水	志真志小5年	どりにくどやさいのトマトスープ	とりの肉、ひよこまめ	★給食パン、大豆油、ア-モド、三温糖		
		ブロッコリーソーテー	白花生、白いんげんまめ	黒糖	玉ねぎ、人参、セロリ、トマト	チキンガラスープ
6		ごはん	豚肉	小麦粉、★バター、三温糖、大豆油	人参、玉ねぎ、マツジューム	ウスターソース
木	志真志小5年	ハヤシライス (乳 ○)			キャベツ、コーン	しょうゆ
		だいたいこんサラダ		コーンクリーミードレッシング		
7		ごはん	豚肉、かまぼこ	米	人参、玉ねぎ、こんにやく、しいたけ、生姜	しょうゆ、ホ-カ-スープ
金	志真志小5年 宜野湾中	シカムドゥチ	おから、豚肉、チキアギ、ひじき		もやし、人参、ニラ	しょうゆ
		ワカライリチー	油揚げ			
10		かぼちゃてんぷら	とうにゅう	小麦粉、大豆油	かぼちゃ	
月	残量調査 (長田小・宜中)	あまがし	金時豆、緑豆	三温糖、黒糖、押し麦		
		ごはん	豚肉、みそ	米	人参、大根、ごぼう、小松菜	
11		くたくさんみそじる	ひじき、ちくわ、大豆、油あげ	じゃが芋	人参、キャベツ、もやし、こんにやく、ニラ	しょうゆ
火		あじどうふのやさいあんかけ	とうふ	大豆油	えのきたけ、ねぎ	しょうゆ
		はいがあみパン (乳 ×)	アサリ	★給食パン、胚芽		
12		あさりのスープ		じゃが芋	とうがん、人参、玉ねぎ、えのきたけ	しょうゆ、(丼)
水		カラフルサラダ		ア-モド、三温糖、オリーブ油	大根、カリフラワー、赤パプリカ、キャベツ	しょうゆ、りんご酢
		チキンのオープンやき	とりの肉	水あめ	あお豆、レモン	リゾビ-ル、しょうゆ
13		クープシューシー	豚肉、こんにやく、かまぼこ	米、麦、大豆油	人参、しいたけ、ねぎ、ごぼう	しょうゆ、ホ-カ-スープ
木		モーウイのあえもの	シーチキン	三温糖	モーウイ、きゅうり、もやし	酢
		さかなのこまやき	さば、みそ	こま、三温糖	シクワシャー	
14		ごはん	とりの肉、★卵	米	人参、えのきたけ、大根、しいたけ、ねぎ	しょうゆ
金	↓	ちゅうかスープ (卵 ○)	厚あげ、豚肉	丁ま油、てんぷん	人参、玉ねぎ、しいたけ、さやいんげん	しょうゆ、(丼)
		あつあけのちゅうかいため		丁ま油、大豆油、てんぷん	きくらげ、人参、玉ねぎ、キャベツ、小松菜	しょうゆ、(丼)
17		くたくさんみそじる	わかめ、油揚げ	米	大根、えのきたけ	しょうゆ
月	長田小	しゃかいものそばろに	豚肉、大豆、厚あげ	じゃが芋、三温糖、大豆油、てんぷん	人参、玉ねぎ、しいたけ、さやいんげん	しょうゆ
		きひなのこのからあげ	きひなこ	小麦粉、大豆油		
18		かきたまじる (卵 ○)	★卵、とうふ	米	大根、人参、小松菜	しょうゆ
火	カミカミ献立	ゆかりあえ	わかめ	三温糖	きゅうり、人参、もやし、しそ	しょうゆ、酢
		さかなのねぎしょうゆかけ	さば	三温糖、てんぷん	長ねぎ	しょうゆ
19		ミートスパゲティ	牛肉、豚肉、大豆	スパゲティ、三温糖、大豆油	人参、玉ねぎ、ピーマン、マツジューム、にんにく	トマトソース、(丼)
水	食育の日	ピーンズサラダ	ひよこまめ	オリーブ油	キャベツ、人参、もやし、小松菜	しょうゆ
		どりにくどふのナゲット	えんどう、いんげんまめ	エッグゲア、こま、三温糖	きゅうり、キャベツ、(丼)	しょうゆ、酢
20		どりにくどふのナゲット	鶏肉と葱のナゲット	大豆油		
木		ごはん	豚肉、厚あげ、チキアギ	米	とうがん、人参、玉ねぎ、なす、しいたけ	しょうゆ、カレールー
		とうがんだん		大豆油	あお豆	
21		わかめのずのもの	わかめ、チリメン	丁ま油、三温糖、こま	きゅうり、キャベツ、もやし、人参	しょうゆ、酢
金	いれいの日 献立	くたくさんみそじる	わかめ	米、麦	小松菜、人参、玉ねぎ、しいたけ、生姜	しょうゆ、(丼)
		はるさめスープ	とりの肉	はるさめ、丁ま油	白菜キムチ、だけのこ、キャベツ、人参	しょうゆ、(丼)
22		ふたギムチいため	豚肉	三温糖、丁ま油、大豆油、てんぷん	赤ねぎ、赤パプリカ、にんにく芽	しょうゆ、(丼)
火	宜野湾中2年	ホークしゅうまい	ホークしゅうまい	米	人参、玉ねぎ、かぼちゃ、ピーマン、ブルーベリー	カレールー、(丼)
		カンタバーシューシー	ふたにく、油揚げ	こめ、麦、大豆油	人参、えのきたけ、大根	しょうゆ、(丼)
23		タマニ-チャンプル-	厚あげ、豚肉	大豆油	キャベツ、人参、もやし、小松菜	しょうゆ
水	宜野湾中2年	やきいも		さつま芋		
		けんまいぼう		けんまい棒		
24		ごはん	わかめ、アサリ、とうふ	米	大根、人参、長ねぎ	しょうゆ
木	宜野湾中2年	あさりのすましじる	シーチキン	こま、三温糖、エッグゲア	ごぼう、きゅうり、人参	しょうゆ、酢
		しほりのあえもの	ちくわ、とうにゅう、青のり	小麦粉、大豆油		
25		ちくわのいそべあげ		米		
火	宜野湾中2年	ホークカレー (乳 ○)	豚肉	じゃが芋、小麦粉、★バター、大豆油	人参、玉ねぎ、かぼちゃ、ピーマン、ブルーベリー	カレールー、(丼)
		おかがあえ	糸けずり	三温糖	大根、きゅうり、キャベツ	しょうゆ、酢
26		くたくさんみそじる		生パイン		
水	宜野湾中2年	ジャージャーめん【めん】		ラーメン		
		【にくみそ】	豚肉、大豆、みそ	三温糖、てんぷん、丁ま油、大豆油	しいたけ、人参、だけのこ、玉ねぎ、長ねぎ	トバツツヤ、ホ-カ-スープ
27		もまぐのちゅうかスープ	もまぐ、とうふ	ごま油、てんぷん	冬瓜、人参、えのきたけ、ニラ	しょうゆ、(丼)
木	宜野湾中2年	ひじきごはん	ひじき、豚肉、油揚げ、チキアギ	米、むぎ、大豆油	人参、だけのこ、ごぼう、ねぎ	しょうゆ
		こまっなのア-モンドあえ		ア-モンド、三温糖	小松菜、きゅうり、人参、もやし、(丼)	しょうゆ、酢
28		ししゃもフライ	ししゃもフライ	大豆油		
金		ごはん	豚肉、うすあげ、みそ、(丼)	米	大根、人参、こんにやく、(丼)	しょうゆ
		八つたのみそじる	とりの肉、大豆	じゃが芋	人参、玉ねぎ	しょうゆ
29		どりそぼろどん【にくそぼろ】	★卵、とうふ	三温糖、大豆油	あお豆、さやいんげん	しょうゆ、酢
30		シークワ-サーゼリー		シークワ-サーゼリー		

☆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「学校給食調味料一覧表」をご覧ください。

☆海産物には、エビ、カニ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下さい。

☆予定献立表、学校給食調味料一覧表、給食だより等は、毎月宜野湾市学校給食センターのホームページに掲載しています。

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	650 kcal	27.0 g
中学校	830 kcal	34.0 g	23.0 g

学校給食調味料等一覧表

【6月】

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・大豆
デミグラスソース	小麦・鶏肉	白菜キムチ	小麦・大豆・りんご・さば
カレールー	小麦・大豆・鶏肉・牛肉	ピザソース	大豆・りんご
ホワイトルー	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	ジェノバペースト	乳
チキンガラスープ	鶏肉	10種ミックス	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・やきそば・ワンタンの皮	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
タルタルソース	卵・小麦・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	カラフルボール・白玉だんご	大豆
テンメンジャン	小麦・大豆・ごま	ワンタン	小麦・大豆・豚肉・ごま
トウバンジャン	小麦・大豆	シーチキン	大豆
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	ポークビーンズ	小麦・大豆・豚肉
トウチジャン	小麦・大豆・鶏肉	とんかつソース	りんご
ぎょうざ	小麦・大豆・ごま・豚肉	煮干しだし	さば
うずらの卵	卵	豆腐・油揚げ・高野豆腐・納豆	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・きなこ	
		鶏肉と麩のナゲット	小麦・鶏肉、大豆
がんもどき	大豆・ごま	ポークしゅうまい	豚肉・小麦
りんご酢	りんご	ししやもフライ	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。



よくかんであじわおう!

ごはんは、よくかむと、あまみがでてくるなあ!



さかなも、おいしいなあ!

※長田小学校・宜野湾中学校のみなさんは6/10(月)～6/14(金)は残量調査となります。

6月 3日(月)	6月 4日(火)	6月 5日(水)	6月 6日(木)	6月 7日(金)
<p>にんじんシリシリー MILK</p> <p>あぶらみそ</p> <p>ごはん</p> <p>とうがんじる</p>	<p>こざかなとアーモンド ふたにくとごぼうの のあまがらめ いためもの</p> <p>ごはん</p> <p>だいこんのみそしる</p>	<p>ブロッコリーソテー MILK</p> <p>ココアあげパン とりにくとやさいの トマトスープ</p>	<p>くだもの だいこんサラダ MILK</p> <p>ごはん</p> <p>ハヤシライス</p>	<p>グングアチグニチ MILK</p> <p>あまがし ウカライリチー</p> <p>かぼちゃてんぷら</p> <p>ごはん</p> <p>シカムドッチ</p>
<p>6月 10日(月)</p> <p>あげとうらの やさいあんかけ MILK</p> <p>ひじきいため</p> <p>ごはん</p> <p>くだくさん みそしる</p>	<p>6月 11日(火)</p> <p>カラフルサラダ チキンのオープンやき MILK</p> <p>はいがあみパ あさりのスープ</p>	<p>6月 12日(水)</p> <p>さかなのごまやき MILK</p> <p>クープジュシー モーウイのあえもの</p>	<p>6月 13日(木)</p> <p>くだもの あつあげのちゅうかいため MILK</p> <p>ごはん</p> <p>ちゅうかスープ</p>	<p>6月 14日(金)</p> <p>じゃがいもの そばろに MILK</p> <p>ごはん</p> <p>だいこんのすましじる</p>
<p>6月 17日(月)</p> <p>ゆかりあえ さかなのねぎ しょうゆかけ MILK</p> <p>ごはん</p> <p>かきたまじる</p>	<p>6月 18日(火)</p> <p>かみかみこんだて MILK</p> <p>とりにくとふのナゲット</p> <p>ミートスパゲティ ピーンズサラダ</p>	<p>6月 19日(水)</p> <p>しょくいくの日こんだて MILK</p> <p>わかめのすのもの</p> <p>ごはん</p> <p>とうがんのカレーに</p>	<p>6月 20日(木)</p> <p>しゅうまい ふたにくのキムチいため MILK</p> <p>むぎごはん</p> <p>はるさめスープ</p>	<p>6月 21日(金)</p> <p>いれいの日こんだて MILK</p> <p>やきいも げんまいぼう タマナー チャンブルー</p> <p>カンダバージュシー</p>
<p>6月 24日(月)</p> <p>ちくわのいそべあげ MILK</p> <p>ごぼうのあえもの</p> <p>ごはん</p> <p>あさりのすましじる</p>	<p>6月 25日(火)</p> <p>くだもの MILK</p> <p>ポークカレー おかかあえ</p>	<p>6月 26日(水)</p> <p>ブルー MILK</p> <p>ジャージャーめんのぐ</p> <p>ジャージャーめん もずくの ちゅうかスープ</p>	<p>6月 27日(木)</p> <p>ししゃもフライ MILK</p> <p>ひじきごはん</p> <p>こまつなの アーモンドあえ</p>	<p>6月 28日(金)</p> <p>シークワサーゼリー MILK</p> <p>とりそばろどん(にくそばろ・いりたまご)</p> <p>(ごはん)</p> <p>へちまのみそしる</p>