

# 令和元年 7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・生徒へ行なうものです。

※ 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 曜日	行事 欠食等	主な材料と体内での働き			調味料	
		こ ん だ て ★毎日牛乳がつきます	(あか) おもに体をつくる もとなる食品	(きいろ) おもにエネルギーの もとなる食品		(みどり) おもに体の調子を 整えるもとなる食品
1 月	ぎのわんしゅん ひ 宜野湾市民の日 しいら姿揚げ給食 志真志小6年	くろまいごはん イナムトウチ	豚肉、かまぼこ、みそ	米、くろまい こま	こんにゃく、しいたけ、冬瓜	ホークガラスープ
		せんぎりイリチー	豚肉、かまぼこ、こんぶ、うすあげ	三温糖、大豆油	切り干し大根、こんにゃく	ホークガラスープ しょうゆ
2 月	宜野湾小	モーウィのウサチ		三温糖	モーウィ、きゅうり、人参	酢
		しいらすがたあげきゅうしょく (志真志小6年生)	しいら	小麦粉、大豆油、三温糖	シーカーサー、アロギ、ミニトマト かぼちゃ	しょうゆ、酢
火		なかよしパン (乳 ×) ミネストローネ	無添加ハム、大豆	★給食パン、胚芽 じゃが芋、マカロニ、三温糖	玉ねぎ、人参、キャベツ、マッシュルーム トマト	煮干しだし、ウスターソース チキンガラスープ
		にんにくのめのガーリックソテー (乳 ○)	ふたにく	大豆油、★無塩バター	にんにくの芽、人参、たけのこ	しょうゆ
3 月		べにいものかりんとつ		べにいも、黒糖、三温糖、水あめ はちみつ、かたくりこ、大豆油		しょうゆ
		ごはん マーボーとうがん	とうふ、豚肉、大豆、みそ	米 かたくりこ、Dマ油、大豆油	冬瓜、玉ねぎ、人参、しいたけ、ニラ	ホークガラスープ トウバンジャン
水	ながたしやう、ねん 長田小5年	ハンサンスウ くだもの ごはん		はるさめ、三温糖、Dマ油	きゅうり、人参 オレンジ	しょうゆ、テンメンジャン 酢、しょうゆ
		クーリシシ (卵 ○)	豚肉、★卵、油揚げ	米	しいたけ、きくらげ、冬瓜	しょうゆ
4 木	ながたしやう、ねん 長田小5年	クックボーイイリチー	とり肉、みそ	三温糖、大豆油、こま	ごぼう、さやいんげん	しょうゆ
		ひじきのつくたに ゆかりごはん	ひじき、糸けすり	こま、水あめ、三温糖	ゆかり	しょうゆ
5 月	たなばた 献立	たなばたすましじる	黒ソーメン、細切りこんぶ	米 麩	人参、冬瓜	しょうゆ
		ふたにくとなつやさいのいためもの	豚肉、みそ	三温糖、Dマ油		しょうゆ
金	ながたしやう、ねん 長田小5年	こぼろのあおりのチツフ たなばたゼリー	あおりの	小麦粉、大豆油	なす、しめじ、もやし、人参、たけのこ ピーマン	しょうゆ
		タコライス (ミニト) タコライス (やさしい) (乳 ○) タコライス (ごはん) とうがんとアーサのスープ	牛肉、豚肉、大豆、いん豆 ★チーズ	三温糖、大豆油	玉ねぎ、人参 きゅうり、キャベツ	トマトソース、ウスターソース、ピザソース
8 月		くだもの うっちゃんごはん	豚肉、あおさ、チキアキ	こめ、むぎ、大豆油、三温糖	人参、玉ねぎ、しめじ、マッシュルーム	しょうゆ ホークガラスープ
		さかなのハインソースかけ モーウィンフシー	ホキ 豚肉、厚あげ、チキアキ、みそ	三温糖、かたくりこ 三温糖、大豆油	玉ねぎ、ハイン モーウィ、人参、小松菜	しょうゆ、酢 しょうゆ
9 火		スタミナどんく(にくいため)	ふたにく	大豆油、三温糖、Dマ油、かたくりこ	にんにくの芽、玉ねぎ、人参、こんにゃく ニラ	しょうゆ、ホークガラスープ
		スタミナどんく(ごはん) アーサ入りゆしとうふ	あおさ、とうふ	米		しょうゆ
10 水		とうがんポンチ		グラニュー糖、白玉だんご	冬瓜、黄桃缶、ハイン、ミカン缶 シーカーサー	
		ごはん にくじゃが	豚肉	米 じゃが芋、三温糖、大豆油	人参、こんにゃく、玉ねぎ、カリビース しいたけ、さやいんげん	しょうゆ、ホークガラスープ
11 木		ブロッコリーのおかかあえ なつとうみそ	糸けすり なつとう、シイタケ、みそ、糸けすり	三温糖 三温糖、大豆油	アロギ、きゅうり、コーン ねぎ	しょうゆ、酢
		あげパン (乳 ×)	きなこ	★給食パン、大豆油、三温糖、黒糖 アーモンド		
12 金		へちまのクリームに (乳 ○)	とり肉、★チーズ	じゃが芋、小麦粉、★無塩バター ★生クリーム	へちま、人参、玉ねぎ、コーン	チキンガラスープ
		ハインサラダ		三温糖、オリーブ油	キャベツ、きゅうり、オクラ、ハイン	
16 火		ひやしちゅうか (めん) ひやしちゅうか (く) (卵 ○) ひやしちゅうか (たれ) とうがんとそばろし くだもの	★鶏糸卵、とり肉、わかめ 豚肉、大豆、厚あげ	冷し中華 こま 三温糖、大豆油	オクラ、きゅうり、もやし、にんじん 冬瓜、人参、玉ねぎ、小松菜	冷し中華のたれ しょうゆ
		アーモンドミニフィッシュ (中学校) ハッカーハウスパン なつやさいスープ	かたくちイワシ もすく、いん豆	アーモンド、砂糖、でんぷん、こま ★給食パン	人参、人参、玉ねぎ、オクラ	ホークガラスープ、しょうゆ 煮干しだし
17 水		けんさんマクロカツ なつやさいのラタトゥイユ	マクロカツ	大豆油 オリーブ油、三温糖	なす、冬瓜、玉ねぎ、へちま、かぼちゃ トマト、あお豆、パパイア	チキンガラスープ
		ごはん サンラータン (卵 ○)	豚肉、★卵、とうふ	米 Dマ油、かたくりこ	人参、長ねぎ、大根、しいたけ、生姜 トマト	チキンガラスープ しょうゆ、酢
18 木	かみかみ献立	しまやさいのすどり	とり肉	小麦粉、かたくりこ、大豆油 三温糖、大豆油	人参、玉ねぎ、モーウィ、たけのこ、冬瓜 赤パプリカ、トマト	しょうゆ、リンゴビュレ 酢
		フルーツあんじん			ミカン缶、黄桃缶、カクテルゼリー、豆乳デザート	
19 金		ごはん うらななつやさいカレー (乳 ○)	豚肉	米 小麦粉、★無塩バター、大豆油	冬瓜、かぼちゃ、玉ねぎ、人参、さやいんげん トマト、ブロッコリー	ホークガラスープ、ウスターソース カレールウ リンゴビュレ
		パパイアサラダ	無添加ハム	三温糖、タンカンドレッシング	パパイア、きゅうり、人参、ハイン レーズン、シーカーサー	酢、しょうゆ
		シークワサーソルバ		シークワサーソルバ		

☆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	640 kcl	24.0 g
中学校		820 kcl	33.8 g	22.8 g



あそびに  
来てくださいね～

## ～食と子どもの健康展～

日時: 令和元年 7月6日(土) 10:00～17:00  
場所: イオン具志川店 2階イベント広場

内容: ☆学校給食に関する展示 ☆地場産物の展示  
☆学校給食食材の紹介、試食

# 学校給食調味料等一覧表

【7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
カレールウ	小麦・大豆・鶏肉・牛肉	ピザソース	大豆・りんご
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	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	
		マグロカツ	小麦・大豆
がんもどき	大豆・ごま	冷し中華	小麦・大豆・ごま
りんご酢	りんご	冷し中華のたれ	小麦
カクテルゼリー	大豆・もも・りんご	豆乳デザート	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。

令和元年

きゅうしよくはいず  
7月の給食配ぜん図

あつ ま しょうじ  
★暑さに負けない食事をしよう

ぎのわんがっこうきゅうしよく  
宜野湾学校給食センター

7月1日(月)	7月2日(火)	7月3日(水)	7月4日(木)	7月5日(金)
<p>7月1日(月)</p> <p>ぎのわんしみんの日</p> <p>モーウイのウサチ せんぎリイリチー</p> <p>くろまいごはん イナムドウチ</p>	<p>7月2日(火)</p> <p>べにいものかりんとう</p> <p>にんにくのめのガーリックソテー</p> <p>なかよしパン ミネストローネ</p>	<p>7月3日(水)</p> <p>くだもの バンサンスウ</p> <p>ごはん マーボーとうがん</p>	<p>7月4日(木)</p> <p>ひじきのつくだに グンボーイリチー</p> <p>ごはん クーリジシ</p>	<p>7月5日(金)</p> <p>たなばた たなばたこんだて</p> <p>ぶたにくとなつやさいのいためもの</p> <p>ごぼうのあおのりチップ</p> <p>ゆかりごはん たなばたすましじる</p>
7月8日(月)	7月9日(火)	7月10日(水)	7月11日(木)	7月12日(金)
<p>7月8日(月)</p> <p>くだもの</p> <p>タコライスのご</p> <p>タコライス</p> <p>ごはん とうがんとアーサのスープ</p>	<p>7月9日(火)</p> <p>さかなのパインソースかけ</p> <p>うっちんごはん モーウインブシー</p>	<p>7月10日(水)</p> <p>とうがんポンチ</p> <p>スタミナどん</p> <p>ごはん アーサイりゆしどうふ</p>	<p>7月11日(木)</p> <p>なっとうみそ</p> <p>ブロッコリーのおかかあえ</p> <p>ごはん にくじゃが</p>	<p>7月12日(金)</p> <p>パインサラダ</p> <p>あげパン へちまのクリームに</p>
7月15日(月)	7月16日(火)	7月17日(水)	7月18日(木)	7月19日(金)
<p>7月15日(月)</p> <p>うみの日</p> 	<p>7月16日(火)</p> <p>アーモンド ミニフィッシュ (中のみ)</p> <p>すいか</p> <p>めん</p> <p>とうがんのそぼろに</p> <p>ひやしちゅうか(ぐ)</p> <p>たれ</p>	<p>7月17日(水)</p> <p>なつやさいのラタトゥイユ</p> <p>けんさんマグロカツ</p> <p>パーカーハウスパン</p> <p>なつやさいスープ</p>	<p>7月18日(木)</p> <p>しまやさいのすどり</p> <p>フルーツあんんにん</p> <p>ごはん サンラータン</p>	<p>7月19日(金)</p> <p>シークワサー パパイヤサラダ</p> <p>ソルベ</p> <p>ごはん</p> <p>うちな~なつやさいカレー</p>