

# 令和元年 5月の予定献立表

※ 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・生徒へ行くものです。

※ 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	
7	端午の節句	菜めし 若竹汁 冬瓜の煮つけ	わかめ、かつお節 ぶたにく、あつあげ、かつお節	こめ さとう、なたね油	菜飯 たけのこ、えのきたけ、長ねぎ とうがんにんじん、こまつな、こんにやく しょうが	しょうゆ しょうゆ
8	ゴーヤーの日	かしわもち ごはん ハヤシライス 乳(O) ゴーヤーサラダ	ぶたにく ツナ	こめ さとう、小麦粉、★バター、なたね油 さとう、ノイグ マネズ	たまねぎ、にんじん、しめじ、パセリ マッシュルーム、トマト、なす、にんにく にがりり、キャベツ、きゅうり、にんじん シークワサー、コーン	ウスターソース、フイオン デミグラスソース、ハヤシルウ 酢
9	木	麦ごはん 書道とじゃがいものみそ汁 豆腐ハンバーグ こんにやくのおかか煮	ぶたにく、みそ、かつお節 豆腐ハンバーグ ぶたにく、チキアギ、糸けずり	こめ、麦 じゃがいも なたね油	こまつな、にんじん、えのきたけ にんじん、たまねぎ、こんにやく ジャンボインゲン	しょうゆ
10	金 目にいい献立	しょうゆラーメン《麺》 《汁》 豚肉とフロッコリーの中華炒め ゆで卵 卵(x)	ぶたにく、なると、かつお節 ぶたにく	中華めん ごま油、なたね油 さとう、なたね油、でん粉	しいたけ、もやし、長ねぎ、しょうが、にんにく コーン フロッコリー、にんじん、たまねぎ、しめじ たけのこ	しょうゆ、フイオン しょうゆ オイスターソース しょうゆ
13	月	麦ごはん 利休汁 あじの梅みそ焼き 青菜の和え物	うすあげ、みそ、かつお節 あじ、みそ 糸けずり	こめ、麦 ごま さとう	だいこん、にんじん、ごぼう、しいたけ えのきたけ、こんにやく、長ねぎ うめ こまつな、もやし、きゅうり、キャベツ	酒、みりん風調味料 しょうゆ
14	火	ごはん けんちん汁 豚肉の生姜焼き 野菜としらすのゴマ和え	とうふ、だし昆布、かつお節 ぶたにく	こめ さとう さとう、ごま	ごぼう、だいこん、にんじん 長ねぎ、しいたけ しょうが こまつな、もやし、きゅうり、にんじん	しょうゆ 酒、みりん風調味料 しょうゆ
15	水 沖縄本土復帰記念	クファジュシー タマナーチャンブルー	だいた、ぶたにく、ひじき、うすあげ かつお節 ぶたにく、とうふ、チキアギ、糸けずり	こめ、なたね油 なたね油	ごぼう、にんじん、しいたけ、ねぎ キャベツ、もやし、にんじん、ニラ	しょうゆ しょうゆ
16	木	羊天ぷら 麦ごはん 冬瓜のカレー煮 ひじきのツナ和え レッドグローブ	ぶたにく、あつあげ、かつお節 ひじき、ツナ	こめ、麦 なたね油 さとう	とうがんにんじん、たまねぎ、こまつな しいたけ、しょうが きゅうり、もやし、コーン、あお豆 レッドグローブ	しょうゆ、カレールウ しょうゆ、酢
17	金 普中	もずくぞうすい 厚揚げと野菜のみそ炒め かぼちゃ挽肉フライ	だいた、ぶたにく、もずく、かつお節 ぶたにく、あつあげ、みそ	こめ、麦、なたね油 さとう、なたね油 かぼちゃひき肉フライ、大豆油	にんじん、とうがんにんじん、こまつな、しいたけ キャベツ、にんじん、ニラ、もやし、なす	しょうゆ
20	月 謝小、は小 嘉小、嘉中	コーンチーズトースト 乳(x) 麦と野菜のスープ アーモンド入り彩りサラダ	★チーズ、ツナ 7判、かつお節	★給食パン、ノイグ マネズ 麦、じゃがいも アーモンド、さとう、オリーブ油	コーン、パセリ かぼちゃ、フロッコリー、にんじん、パセリ たまねぎ、セロリ カリフラワー、赤ピーマン、だいこん きゅうり、レモン、あお豆	しょうゆ、フイオン りんご酢、しょうゆ
21	火	麦ごはん 鶏肉と昆布の汁 厚焼玉子 ウカライリチー	とりにく、こんぶ、かつお節 ★厚焼玉子 おから、ぶたにく、チキアギ ひじき、かつお節	こめ、麦 なたね油 なたね油	とうがんにんじん、ねぎ、しょうが もやし、にんじん、こんにやく、ニラ	しょうゆ しょうゆ
22	水	ごはん 春雨スープ 鶏団子と野菜の中華煮	とりにく、かつお節 中華風つくね	こめ はるさめ、ごま油 ごま油、なたね油、でん粉	にんじん、たまねぎ、しいたけ、しょうが たまねぎ、ニラ、にんにく、にんじん もやし、キャベツ、たけのこ チンゲン菜、にんにく、しょうが	しょうゆ、フイオン オイスターソース しょうゆ
23	木	くだもの 麦ごはん わかめと豆腐のみそ汁 五目煮 カエリとナッツの青のりがらめ	とうふ、わかめ、うすあげ みそ、かつお節 だいた、ちくわ、かつお節、こんぶ カエリ、あおのり	こめ、麦 さとう、なたね油 アーモンド、さとう、ごま	だいこん、えのきたけ、長ねぎ こんにやく、にんじん、だいこん、ごぼう あお豆、しょうが しょうゆ	しょうゆ
24	金	ミートスパゲティ イカフライ ビーンズサラダ	ぎゅうにく、ぶたにく、だいた イカフライ ひよこ豆、えんどう豆、いんげん豆	スパゲティ、なたね油、オリーブ油 さとう 大豆油 コーンクリームドレッシング	にんじん、たまねぎ、ピーマン、トマト にんにく、マッシュルーム キャベツ、フロッコリー、きゅうり 赤ピーマン	ウスターソース、フイオン ドレッシング しょうゆ
27	月 二小、真中 普中	麦ごはん 冬瓜のそぼろ汁 人参シリシリ さばのゴマ焼き	とりにく、かつお節 ツナ、★鶏卵、糸けずり さば、みそ	こめ、麦 なたね油、でん粉 なたね油、麩 さとう、ごま	とうがんにんじん、たまねぎ、小松菜、しょうが にんじん、たまねぎ、ニラ しょうが	しょうゆ しょうゆ
28	火	コッペパン ポークビーンズ フロッコリーサラダ	ぶたにく、だいた	★給食パン さとう、小麦粉、じゃがいも ★バター、なたね油 さとう、ごま、ノイグ マネズ	たまねぎ、にんじん、セロリ、パセリ、トマト にんにく、マッシュルーム フロッコリー、赤ピーマン、キャベツ コーン	ウスターソース、フイオン デミグラスソース しょうゆ、酢
29	水	シヤム ごはん 魚汁 島野菜のきんぴら ひじきの佃煮	ほき、とうふ、みそ、かつお節 チキアギ、ぶたにく ひじき、糸けずり	こめ さとう、なたね油 ごま油、ごま 水あめ、グラニュー糖、ごま	とうがんにんじん、しめじ、ねぎ、しょうが パパイア、ごぼう、こまつな、にんじん	七味唐辛子、しょうゆ しょうゆ
30	木	麦ごはん 中華風コーンスープ 卵(O) 三色ピーマンのにんにく炒め	7判、★鶏卵、かつお節 ぶたにく、あつあげ	こめ、麦 でん粉 さとう、ごま油、なたね油、でん粉	コーン、ねぎ、しいたけ ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマン、もやし たけのこ、にんじん、にんにく くだもの	フイオン、しょうゆ しょうゆ オイスターソース
31	金	くだもの 麦ごはん 切干大根のスープ ダコライス 《ミート》 《野菜》 《チーズ》 乳(x)	ベーコン、かつお節 ぎゅうにく、ぶたにく、だいた ★チーズ	こめ、麦 さとう、なたね油	だいこん、にんじん、たまねぎ、小松菜 しめじ たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく 赤ピーマン、キャベツ、コーン	しょうゆ、フイオン しょうゆ、ピザソース ウスターソース、ドレッシング

☆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、給食日より等は、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	

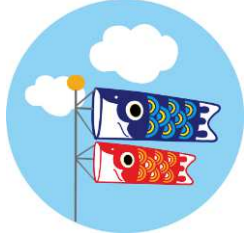
令和元年 5月 学校給食調味料・加工品等表示一覧表

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	ピザソース	大豆
ブイヨン	鶏肉・豚肉	ごま油	ごま
みそ	大豆	中華風つくね	小麦・大豆・ごま・ 鶏肉・豚肉
赤だし	大豆・さば・鶏肉		
テンメンジャン	小麦・大豆・ごま	芋天ぷら	小麦
チャツネ	りんご	豆腐ハンバーグ	大豆・鶏肉・豚肉
オイスターソース	大豆	かぼちゃひき肉フライ	小麦・大豆、豚肉
トマトソース	大豆	イカフライ	小麦・いか
デミグラスソース	小麦・牛肉・大豆・豚肉 鶏肉・ゼラチン	すりごま・いりごま ねりごま	ごま
ウスターソース	大豆・りんご	あお豆	大豆
りんごピューレ	りんご	りんご酢	りんご
カレールウ	小麦・大豆・鶏肉・牛肉	厚焼玉子	卵・さば
ハヤシルウ	小麦・大豆・牛肉	みりん風調味料	小麦
ホワイトルウ	小麦・乳・大豆・鶏肉・牛肉	酒(5月13日、14日のみ)	小麦
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・大豆		
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 うすあげ	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)



《5月8日は「ゴーヤーの日」》  
 5月8日は5と8の語呂合わせで「ゴーヤーの日」  
 です。ゴーヤーは、ビタミンCもたっぷり、疲れを  
 とってくれる効果があるので夏バテ予防にピッタリ  
 の食材ですよ！

《食器のしゅるい》



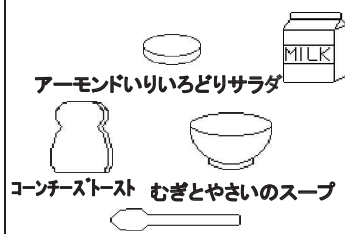
※配せん図を見て  
 盛り付けましょう。



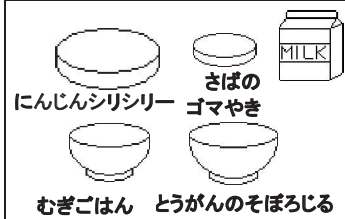
5月13日 (月)



5月20日 (月)



5月27日 (月)



5月7日 (火)



5月14日 (火)



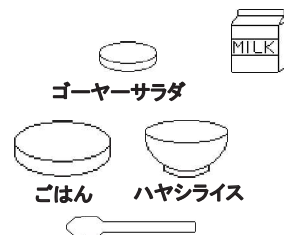
5月21日 (火)



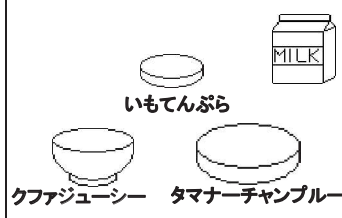
5月28日 (火)



5月8日 (水)



5月15日 (水)



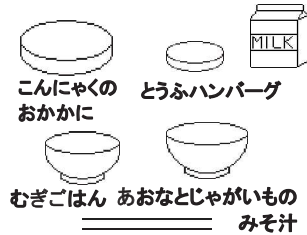
5月22日 (水)



5月29日 (水)



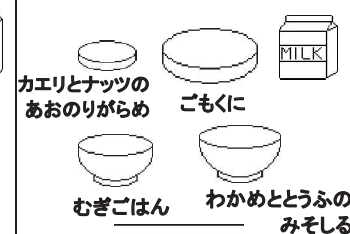
5月9日 (木)



5月16日 (木)



5月23日 (木)



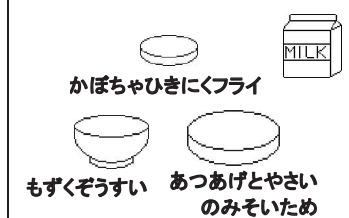
5月30日 (木)



5月10日 (金)



5月17日 (金)



5月24日 (金)



5月31日 (金)

