

令和元年 7・8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 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 ★毎日牛乳がつかます	(あか) おもに体をつくる もとなる食品	(ぎいろ) 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	宜野湾市民の日 お祝い献立 嘉小 普中2年生	黒米ごはん イナムドゥチ クーパイリチー	ぶたにく、かまぼこ、みそ こんぶ、ぶたにく、かまぼこ うすあげ	こめ、黒米 ねりごま さとう、なたね油	こんにやく、しいたけ、とうがん だいこん、こんにやく、にんじん	ブイヨン ブイヨン、しょうゆ
2火	普中2年生	芋くじ天ぷら 麦ごはん 中華スープ 卵(○) チンジャオロース マンダリン	とりにく、★たまご、豆腐 ぶたにく	芋くじ天ぷら、なたね油 こめ、麦 ごま油、でん粉	えのきたけ、はくさい、しいたけ ねぎ、にんじん にんにく、ピーマン、赤ピーマン たけのこ、にんじん マンダリン	ブイヨン、しょうゆ しょうゆ オイスターソース
3水	二小4年	黒糖パン かぼちゃのポターージュ 乳(×) コーンと野菜のソテー 乳(○) さばのカレー焼き	とりにく、★スキムミルク 無添加ベーコン	★給食パン ★無塩バター、★生クリーム 小麦粉 なたね油	かぼちゃ、たまねぎ、にんじん パセリ フロコリー、カリフラワー、コーン にんじん、キャベツ、にんにくの芽	ブイヨン しょうゆ カレー粉
4木		麦ごはん 豚汁 さわらのみそマヨ焼き モーウイの梅肉和え	ぶたにく、厚揚げ、みそ、とうふ さわら、みそ 糸けずり	こめ、麦 なたね油 ノンエッグマヨネーズ さとう	こんにやく、にんじん、かぼちゃ、とうがん しめじ、ねぎ、へちま おろしにんにく モーウイ、きゅうり、もやし、うめ	
5金	は小6年	深川めし ちくわの磯辺揚げ もやしとコーンのごま和え	あさり、とりにく、大豆、こんぶ うすあげ ちくわの磯辺揚げ	こめ、なたね油 大豆油 さとう、ごま油、いりごま	ごぼう、ねぎ、しいたけ ぎゅうり、もやし、にんじん、コーン	しょうゆ しょうゆ、酢
8月		わかめごはん 七夕そうめん汁 冬瓜の煮つけ	わかめ いとよりだい、あさり、もずく ぶたにく、厚揚げ	さとう、さとう さとう、水あめ、でん粉、植物油脂 さとう、なたね油	えのきたけ、にんじん、オクラ、ねぎ とうがん、にんじん、こまつな しょうが、こんにやく	しょうゆ しょうゆ
9火		七夕ゼリー うっちゃんごはん	大豆、とりにく	七夕ゼリー こめ、なたね油	にんじん、たまねぎ、しいたけ、ごぼう ねぎ、しょうが だいこん、にんじん、小松菜	うっちゃん粉、しょうゆ しょうゆ
10水	納豆の日 目の良い献立	ヌンクー小 さつまパイ 乳(×) 麦ごはん 肉じゃが 納豆 フロコリーのおかか和え	ぶたにく、かまぼこ、うすあげ ぶたにく ミニミニ納豆 糸けずり	さとう、なたね油 ★さつまパイ、大豆油 こめ、麦 じゃがいも、さとう なたね油	しょうが、たまねぎ、にんじん いんげん、しいたけ、こんにやく ぎゅうり、フロコリー、コーン	しょうゆ しょうゆ、酢
11木		沖縄そば《めん》 《汁》 マーミナーチャンプルー 県産紅芋コロッケ	ぶたにく、かまぼこ 厚揚げ、ツナ、かまぼこ	沖縄そば なたね油 紅芋コロッケ、大豆油	ねぎ、しょうが もやし、にんじん、キャベツ、ニラ	しょうゆ、ブイヨン しょうゆ
12金		麦ごはん 冬瓜汁 もずく丼	とりにく、うすあげ もずく、ぶたにく、だいず	こめ、麦 さとう、なたね油、でん粉	とうがん、にんじん、小松菜、しょうが にんじん、たまねぎ、赤ピーマン 黄ピーマン、にんにく パイ	しょうゆ ブイヨン、しょうゆ
16火		麦ごはん アサ汁 蕨イリチー 大豆の黒糖がらめ	とうふ、アサ ぶたにく、糸けずり 大豆	こめ、麦 なたね油、麩 さとう、こくとう	えのきたけ、しょうが にんじん、キャベツ、もやし、ニラ	しょうゆ しょうゆ
17水		コーンパン あさりと野菜のスープ 乳(×) チリコンカン 彩りサラダ	あさり ぎゅうりにく、ぶたにく、だいず レッドキドニー	★給食パン じゃがいも さとう、なたね油	だいこん、にんじん、たまねぎ、セロリ たまねぎ、にんじん、トマト にんにく フロコリー、赤ピーマン、コーン キャベツ	しょうゆ、ブイヨン ウスターソース デミグラス、チリパウダー 酢、しょうゆ
18木	カミカミ献立	発芽玄米ごはん きのこのみそ汁 県産マグロカツ 小松菜のゴマ和え	とうふ、わかめ、みそ まぐろ	こめ、玄米 小麦粉、パン粉 さとう、ねりごま、すりごま	なめこ、しめじ、えのきたけ、ねぎ こまつな、もやし、キャベツ、にんじん	しょうゆ
19金	食育の日献立 1学期終了日	麦ごはん うちなー野菜カレー 乳(○) 手作り福神漬 シークワサーソルベ	ぶたにく、★スキムミルク ぶたレバー	こめ、麦 じゃがいも、小麦粉、★無塩バター なたね油 さとう	にんじん、たまねぎ、とうがん、なす かぼちゃ、トマト、にんにく、ピーマン モーウイ、きゅうり、れんこん、福神漬 しょうが	カレー粉、カレールウ ウスターソース、ブイヨン リンゴピューレ しょうゆ、酢
8/26月		麦ごはん ハヤシライス ゴーヤーサラダ オレンジ	ぶたにく ツナ	こめ、麦 さとう、小麦粉、乳なしマーガリン なたね油 さとう、ノンエッグマヨネーズ	たまねぎ、しめじ、にんじん、パセリ にんにく、トマト、マッシュルーム にがり、キャベツ、きゅうり、にんじん コーン、シークワサー	ブイヨン、ウスターソース デミグラス、ハヤシルウ 酢、マスタード
27火		麦ごはん 真たくさんみそ汁 いわしの生姜煮 青菜の和え物	とうふ、みそ いわしの生姜煮	こめ、麦 じゃがいも さとう、ねりごま、すりごま	にんじん、だいこん、えのきたけ、ねぎ こまつな、もやし、きゅうり、にんじん	しょうゆ
28水		麦ごはん つみれ汁 照り焼きチキン もやしの甘酢和え	とびうおボール とりにく	こめ、麦 さとう	だいこん、こまつな、にんじん、しめじ ねぎ、しいたけ しょうが もやし、きゅうり、にんじん、こまつな	しょうゆ しょうゆ しょうゆ、酢
29木		とり飯 じゃがいものそぼろ煮 さばの塩焼き	だいず、とりにく、うすあげ ぶたにく、だいず、厚揚げ さば	こめ、なたね油 じゃがいも、さとう、なたね油	ごぼう、にんじん、ねぎ、しいたけ たまねぎ、にんじん、しいたけ、あお豆 しょうが	しょうゆ しょうゆ
30金		冷やし中華《めん》 《和え物》 卵(○) 《スープ》 春巻き すいか	とりにく、★卵、寒天 春巻き	冷やし中華めん ごま、ごま油、さとう 大豆油	きゅうり、もやし、モーウイ、にんじん、コーン	しょうゆ、酢 レモン入冷やし中華スープ

☆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。

学校給食の 栄養基準量		C=エネルギー	P=たんぱく質	F=脂質
小学校		650 kcl	27.0 g	18.0 g
中学校		830 kcl	34.0 g	23.0 g

令和元年 7・8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	ごま油	ごま
酢	小麦	オイスターソース	大豆
ブイヨン	鶏肉・豚肉	生クリーム	乳・大豆
みそ	大豆	すりごま・いりごま	ごま
赤だし	大豆・さば・鶏肉	ねりごま	
テンメンジャン	小麦・大豆・ごま	あお豆	大豆
チャツネ	りんご	うめ	大豆
オイスターソース	大豆	ちくわの磯辺揚げ	大豆・小麦
トマトソース	大豆	県産紅芋コロッケ	小麦・大豆
デミグラスソース	小麦・鶏肉	パン粉	小麦・大豆
ウスターソース	大豆・りんご	りんごピューレ	りんご
りんごピューレ	りんご	いわしの生姜煮	小麦・大豆
カレールウ	小麦・大豆・鶏肉・牛肉	冷やし中華麺	小麦・大豆・ごま
ハヤシルウ	小麦・大豆・牛肉	レモン入冷やし中華スープ	小麦・大豆・りんご・ごま
ホワイトルウ	小麦・乳・大豆・鶏肉・牛肉	春巻き	小麦・豚肉・大豆
ワンタン	小麦・大豆	乳なしマーガリン	大豆
麩	小麦	さつまパイ	小麦・乳・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・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)

令和元年
7・8月の給食配膳図

なつやさい のこ た なつ
★夏野菜 残さず食べて 夏バテしらず★

はごろも学校給食センター

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>宜野湾市民の日・お祝いこんだ</p> <p>うむくじてんぷら クービーイリチー くろまいごはん イナドゥチ</p>	<p>マンダリン チンジャオロース むぎごはん ちゅうかスープ</p>	<p>コーンと やさいのソテー さばのカレーやき こくとうパン かぼちやのポターージュ</p>	<p>モーウィの ばいにくあえ さわらのみそマヨやき むぎごはん とんじる</p>	<p>ちくわのいそべあげ ふかがわめし もやしとコーンのごまあえ</p>
<p>七夕こんだて</p> <p>たなばたゼリー とうがんににつけ わかめごはん たなばたそうめんじる</p>	<p>さつまパイ うちんごはん ヌンクーグラー</p>	<p>目に良いこんだて なつとうの日</p> <p>なつとう ブロccoliのおかかあえ むぎごはん にくじゃが</p>	<p>マーミナー けんさんべにいも チャンプルー コロツケ おきなわそば(めん・しる)</p>	<p>(むぎごはん・ぐ) ハイン もずくどん とうがんじる</p>
<p>7月15日 (月)</p> <p>海の日</p>	<p>だいずのこくとうがらめ ふーイリチー むぎごはん アーサじる</p>	<p>いそどりサラダ ちりこんかん コッペパン あさりとやさいのスープ</p>	<p>カミカミこんだて</p> <p>こまつなごまあえ けんさんまぐるフライ はつがげんまい きのこのみそしる</p>	<p>食育の日こんだて・1学期終了日</p> <p>シークワーサーソルベ てづくりふくしんづけ むぎごはん うちな-やさいカレー</p>
<p>2学期開始日</p> <p>オレンジ ゴヤーサラダ むぎごはん ハヤシライス</p>	<p>あおなのあえもの いわしのしょうがに むぎごはん ぐだくさんみそしる</p>	<p>もやしのあまずあえ てりやきチキン むぎごはん つみれじる</p>	<p>さばのしおやき とりめし じゃがいものそばろに</p>	<p>(めん・ぐ・タレ)</p> <p>ひやしちゅうか すいか はるまき</p>