

令和8年10月 詳細献立表(一部変更)

浦添市立学校給食当山共同調理場
電話(098) 877-1217

※「詳細献立表」には、使用する食材と、アレルギー表示義務のある8品目及び下記の品目について表示しています。
※食物アレルギーのある児童生徒は、給食を食べる前に献立の内容を必ず確認しましょう。家庭、学級においても毎日確認してください。

表示義務(特定原材料)8品目				その他			
卵、乳、小麦、落花生(ピーナッツ)、えび、そば、かに、クルミ				山芋、里芋、あさり、ほたて、いか、たこ、キウイ、牡蠣、カシューナッツ、アーモンド、いくら、ヘーゼルナッツ、ピスタチオ、ピーカンナッツ、ごま			
日	曜日	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	調味料
1	木		ごはん		こめ		
	ゆしどうふ		どうふ		ねぎ		
	ヌンクークー		ぶた肉、かまぼこ、厚揚げ	さとう	だいこん、にんじん、こまつな、こんにゃく		
	しそあじひじき		ひじき、いとけずり	さとう、ごま			
2	金		むぎごはん		こめ、むぎ		
	とりにくのフォー		とり肉	フォー、ごま油	にんじん、こまつな、もやし、ながねぎ しょうが		
	ガバオふうそぼろいため		とり肉、ぶたレバー、だいず	油、ごま油	にんにく、たまねぎ、ピーマン、パプリカ コーン、パジル、しょうが	オイスターソース	
	なし				なし		
5	月		ごはん		こめ		
	とうふとわかめのすましじる		とうふ、わかめ		えのきたけ、ながねぎ		
	にくじゃが		ぶた肉	じゃがいも、油、さとう、黒糖	にんにく、にんじん、たまねぎ、こんにゃく えだまめ		
	さばのレモンみそやき		さば、みそ	マーマレードジャム	にんにく、しょうが、レモン		
6	火		ジョア(ストロベリー)	だっしふんにゅう(乳)	さとう	いちご	
	バーガーパン		だっしふんにゅう(乳)	こむぎこ(小麦)、さとう、油			
	キャロットクリームシチュー		とり肉、しろはな豆、しろいんげん豆、豆乳	じゃがいも、油、米粉	にんじん、たまねぎ、ブロッコリー、パセリ		
	きのこのソースハンバーグ		とり肉、ぶた肉、大豆	でん粉、油、さとう	たまねぎ、しめじ、マッシュルーム、トマト	デミグラスソース(小麦)	
	ツナサラダ		ツナ	卵なしマヨネーズ、さとう	キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン		
7	水		ごはん		こめ		
	にらたまスープ		たまご(卵)、とうふ	でんぶん、ごま油	たまねぎ、にら、しいたけ		
	やきぎょうざ		ぶた肉、とり肉、大豆粉	ラード、でんぶん、さとう、こむぎこ(小麦)、油 水あめ、でんぶん	キャベツ、たまねぎ、にら、しょうが		
	ぶたキムチいため		ぶた肉	油、ごま油	にんにく、キャベツ、たまねぎ、にんじん にら、トマト、しょうが		
8	木		ごはん		こめ		
	とうにゅういりとんじる		ぶた肉、油あげ、みそ、豆乳	じゃがいも	だいこん、にんじん、ごぼう、こまつな こんにゃく		
	キャベツいりひらつくね		とり肉、えんどう豆、かつおぶし	ラード、でんぶん、さとう	キャベツ、しょうが		
	しらすのあえもの		わかめ、しらす	ごま、さとう、ごま油	きゅうり、だいこん		
9	金		こぎつねごはん	ぶた肉、油あげ、かまぼこ	こめ、むぎ、油、ごま油	にんじん、しいたけ、ねぎ	
	まぐろのいそペフライ		まぐろ、青のり	パン粉(小麦)、でんぶん、油			
	こまつなのおかかあえ		とり肉、かつおぶし	さとう	こまつな、だいこん		
	ブルーベリータルト		豆乳、大豆粉	さとう、米粉、油、水あめ、でんぶん	ブルーベリー、こんにゃく		
13	火		けんさんきのこスパゲティー	とり肉、ベーコン	スパゲティー(小麦)、油	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、しめじ エリンギ、えのきたけ、こまつな、しいたけ にんにく	
	ポークメンチカツ		ぶた肉、ぎゅう肉	さとう、でんぶん、水あめ、パン粉(小麦)、油	たまねぎ、にんにく		
	さつまいもサラダ			さつまいも、卵なしマヨネーズ、さとう	ブロッコリー、コーン		
	とうにゅうプリン		豆乳	さとう、水あめ、油			
14	水		ごはん		こめ		
	たまごコーンスープ		たまご(卵)、とうふ	でんぶん、ごま油	たまねぎ、チンゲンサイ、えのきたけ コーン		
	ショーロンボー		ぶた肉、とり肉、ひじき	でんぶん、パン粉(小麦)、さとう、油、ラード	キャベツ、たまねぎ、しょうが	オイスターソース	
	にくだんごのあまずいため	とり肉、大豆	油、さとう、でん粉	にんじん、たまねぎ、ピーマン、たけのこ れんこん、しいたけ、にんにく、しょうが、トマト			
15	木		むぎごはん		こめ、むぎ		
	さかなじる		赤魚、とうふ		だいこん、こまつな、しょうが		
	パパイヤイリチー		ぶた肉、ツナ	油	パパイヤ、にんじん、にら		
	ざっこくいりあぶらみそ		えんどう豆、ひよこ豆、レンズまめ、大豆 あずき、みそ	むぎ、玄米、赤米、たかきび、でんぶん、さとう 油			
16	金		にくやさいそば(しる)		こむぎこ(小麦)、油	ねぎ、しょうが	
	にくやさいそば(めん)			油	にんじん、たまねぎ、キャベツ、こまつな		
	にくやさいそば(く)		ぶた肉、かまぼこ	さつまいも、油、水あめ、黒糖			
	だいがくいも			こめ			
19	月		ごはん		じゃがいも	こまつな	
	じゃがいものみそしる		油あげ、わかめ、みそ	パン粉(小麦)、こむぎこ(小麦)、油	にんじん、たまねぎ、にら、しょうが		
	ししゃもフライ		ししゃも	油			
	あつあげのいためもの		ぶた肉、厚揚げ、かつおぶし	さとう			
20	火		ミルメーク(キャラメル)				
	コッペパン		だっしふんにゅう(乳)	こむぎこ(小麦)、さとう、油			
	かぼちゃスープ		とり肉、豆乳	じゃがいも、油、米粉	かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、パセリ	デミグラスソース(小麦)	
	チリコンカン		ぶた肉、ぶたレバー、大豆、ひよこ豆 青えんどう豆、赤いんげん豆	油、さとう	たまねぎ、にんじん、ピーマン、にんにく トマト		
	メープルジャム		さとう、メープルシュガー	寒天			
21	水		ごはん		こめ		
	とうがんのそぼろに		ぶた肉、とり肉、厚揚げ	さとう、油	とうがん、たまねぎ、にんじん、しいたけ にんにく、しょうが		
	ささみチーズフライ		とり肉、チーズ(乳)	こむぎこ(小麦)、パン粉(小麦)、油、でんぶん	ほうれん草		
	きゅうりとしらすのうめあえ		わかめ、しらす	ごま、さとう	きゅうり、白菜		
22	木		オムライス(チキンライス)	とり肉、ベーコン	こめ、むぎ、油	にんじん、コーン、たまねぎ、グリーンピース にんにく、トマト	
	オムライス(たまごシート)		たまご(卵)	でんぶん、油			
	マカロニサラダ		ツナ	マカロニ(小麦)、卵なしマヨネーズ、さとう	キャベツ、きゅうり、にんじん		
	ミニクチャップ			さとう	トマト、たまねぎ		
23	金		ごはん		こめ		
	サムゲタンスープ		とり肉	むぎ、でんぶん	だいこん、にんじん、ながねぎ、しょうが にんにく		
	ぶたにくのブルコギどん		ぶた肉	春雨、ごま油、さとう、でんぶん	にんにく、キャベツ、にんじん、たまねぎ パプリカ、しめじ、にら		
	しおごまサラダ		のり	ごま	キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン		
26	月		むぎごはん		こめ、むぎ		
	チキンカレー		とり肉、ぶたレバー	じゃがいも、油、米粉	にんじん、たまねぎ、トマト、にんにく		
	ブロッコリーチーズサラダ		チーズ(乳)	クルトン(小麦)、さとう	ブロッコリー、きゅうり、パプリカ、コーン		
27	火		パーカーハウスパン	だっしふんにゅう(乳)	こむぎこ(小麦)、さとう、油		
	むぎいりクリームスープ		とり肉、豆乳	じゃがいも、むぎ、米粉、油	はくさい、たまねぎ、にんじん、しめじ、パセリ		
	サメカレーフライ		もうかざめ	こむぎこ(小麦)、パン粉(小麦)、でんぶん、油			
	コールスローサラダ				キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン		
28	水		ゆかりむぎごはん		こめ、むぎ		
	とりにくとだいこんのにつけ		とり肉、厚揚げ、かまぼこ、こんぶ	油、さとう	だいこん、にんじん、こまつな、こんにゃく しいたけ		
	こざかなとアーモンドのこくとうがらめ		いわし、大豆	アーモンド、ごま、黒糖、さとう			
	オレンジ				オレンジ		
29	木		むぎごはん		こめ、むぎ		
	マーボーはるさめ		とうふ、ぶた肉、みそ	春雨、油、さとう、ごま油、でんぶん	にんじん、たまねぎ、にら、しいたけ きくらげ、にんにく、しょうが		
	バンバンジー		とり肉、みそ	ごま、ごま油、さとう	きゅうり、キャベツ、にんじん		
	かき				かき		
30	金		ガリニャーダ	とり肉	こめ、むぎ、油	たまねぎ、コーン、グリーンピース、パプリカ にんにく、トマト	
	フェジョアード		ぶた肉、大豆、ひよこ豆、青えんどう豆 赤いんげん豆	じゃがいも、マカロニ(小麦)、油、さとう	たまねぎ、にんじん、にんにく、トマト		
	ハロウィンゼリー			さとう	みかん、ぶどう		

※しょうゆと酢に含まれる『小麦』は表示しておりませんが、微量の小麦成分が含まれております。
※給食で使用するもずくやアーサ、チリメンなどにエビ・カニが混ざっている可能性があります。
※大量調理を行うため、調理場においては微量のアレルゲンの混入(コンタミネーション)を完全に避けることはできません。
※かまぼこ・ちくわ・なるとなどの練り製品は、原材料に魚を使用しています。魚は、エビやカニを捕食している場合があります。
※かまぼこ・ちきあぎ・なると・カニ風味かまぼこ・魚そうめんは『かまぼこ』と記載しています。
※詳しい情報が必要な方、または不明点がある場合は、上記の共同調理場までお問合せください。