令和8年12月 詳細献立表

浦添共同調理場
電話(098) 877-6716

表示義務(特定原材料)9品目
卵、乳、小麦、落花生(ピーナッツ)、えび、そば、かに、くるみ、カシューナッツ
その他
やまいも、魚類、貝類、いか、たこ、豆類、バナナ、キウイフルーツ

※「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9品目及び左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、給食の献立内容を家庭と学校で毎日必ず確認して下さい。
※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。

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	火	むぎごはん		こめ、むぎ		
		ふゆやさいカレー	とり肉	じゃがいも、にゅうなしマーガリン、こむぎこ(小麦)、あぶら	だいこん、にんじん、たまねぎ、ピーマン、にんにく	
		フルーツしらたま		しらたまだんご	もも、パイナップル、みかん	
2	水	きなこあげパン(小学校)	だっしふんにゅう(乳)、きなこ	こむぎこ(小麦)、さとう、あぶら、こくとう		
		こくとうパン(中学校)	だっしふんにゅう(乳)	こむぎこ(小麦)、さとう、あぶら、こくとう		
		ミートボールのトマトスープ	ベーコン、ミートボール	マカロニ(小麦)、むぎ、あぶら	はくさい、にんじん、セロリー、パセリ、トマト、しょうが	
		ジャーマンポテト	とり肉、白いんげん豆	じゃがいも、あぶら	たまねぎ、ピーマン、コーン、にんにく	
		いちごのレアチーズ(中学校のみ)	クリームチーズ(乳)	さとう、あぶら	いちご、レモン	
3	木	ゆかりごはん		こめ、さとう	しそ	
		につけ	ぶた肉、こんぶ、あつあげ、かまぼこ	あぶら、さとう	だいこん、にんじん、こんにゃく	
		ブロッコリーのツナあえ	ツナ		ブロッコリー、キャベツ、赤ピーマン	
		みかん			みかん	
4	金	むぎごはん		こめ、むぎ		
		ゆしどうふ	とうふ、みそ		ねぎ	
		もずくどん	もずく、ぶた肉、とり肉	さとう、あぶら、でんぷん	たまねぎ、にんじん、ピーマン、コーン、しょうが	
		れんこんいりつくね(中学校のみ)	とり肉	パンこ(小麦)、でんぷん、あぶら、さとう	たまねぎ、れんこん、しょうが	
		シークヮサーゼリー		さとう	シークヮーサー	
7	月	むぎごはん		こめ、むぎ		
		なかみじる	なかみ、ぶた肉		こんにゃく、しいたけ、しょうが	
		とうふチャンプルー	ぶた肉、とうふ、ふ(小麦)、かつおぶし	あぶら	キャベツ、にんじん、たまねぎ、ピーマン	
		あぶらみそ	だいず、ツナ、みそ	さとう、ごま、あぶら		
		ミルメーク(キャラメル)		さとう		
8	火	ソースやきそば	ぶた肉	ちゅうかめん(小麦)、さとう、あぶら	にんじん、キャベツ、たまねぎ、にら、もやし、きくらげ、にんにく、しょうが	
		ごまジャコあえ	チリメン、ちくわ、こんぶ	ごま、ごま油、さとう	だいこん、きゅうり	
		はるまき	ぶた肉	こむぎこ(小麦)、はるさめ、でんぷん、さとう、あぶら	キャベツ、にんじん、たまねぎ	
		アーモンド		アーモンド、あぶら		
9	水	ごはん		こめ		
		サムゲタンスープ	とり肉	むぎ、でんぷん	だいこん、にんじん、ながねぎ、しいたけ、しょうが、にんにく	
		ぶたにくのプルコギ	ぶた肉	はるさめ、あぶら、ごま油、さとう	にんにく、キャベツ、たまねぎ、にんじん、にら、赤ピーマン	
		ちゅうかポテト		さつまいも、あぶら、さとう、こくとう		
10	木	きびごはん		こめ、きび		
		とうがんンブシー	ぶた肉、あつあげ、がんも、かまぼこ、みそ	あぶら、さとう	とうがん、にんじん、こまつな、こんにゃく	
		てづくりうめしそひじき	ひじき、かつおぶし	さとう、ごま	しそ、うめ	
		ごもくあつやきたまご	たまご(卵)	さとう、でんぷん、あぶら	にんじん、グリンピース、コーン、たけのこ、しいたけ	
		みかんクレープ(中3のみ)	とうにゅう	こめこ、さとう、あぶら	みかん、レモン	
11	金	ガーリックライス	ベーコン、とり肉	こめ、あぶら、にゅうなしマーガリン	たまねぎ、にんじん、ピーマン、黄ピーマン、パセリ、にんにく	
		きりぼしだいこんとアーモンドのサラダ		アーモンド	きりぼしだいこん、キャベツ、きゅうり、にんじん	
		まぐろフライ	まぐろ	パンこ(小麦)、あぶら		
14	月	ジョア(いちご)	だっしふんにゅう(乳)	さとう	いちご	
		ごはん		こめ		
		ハヤシライス	ぎゅう肉、ぶたレバー	こむぎこ(小麦)、にゅうなしマーガリン、さとう、あぶら	たまねぎ、にんじん、セロリー、エリンギ、マッシュルーム、グリンピース、にんにく	
		ひじきのごまあえ	ひじき、ツナ	ごま、たまごなしマヨネーズ、さとう	ごぼう、きゅうり、赤ピーマン、カリフラワー	
		ミニウインナー(中3のみ)	ウインナー			
15	火	しょうゆラーメン(めん)		ラーメン(小麦)、あぶら		
		しょうゆラーメン(しる)		ごま油	しょうが	
		しょうゆラーメン(ぐ)	ぶた肉、かまぼこ	あぶら、さとう、でんぷん	にんじん、キャベツ、ながねぎ、もやし、きくらげ	
		ほしのコロッケ	とり肉、ぶた肉	じゃがいも、こむぎこ(小麦)、パンこ(小麦)、さとう、あぶら	たまねぎ	
		フルーツあんにんプリン	とうにゅう	さとう、でんぷん	もも、あんず	
16	水	なかよしパン	だっしふんにゅう(乳)	こむぎこ(小麦)、さとう、あぶら		
		さけとはくさいのクリームに	さけ、ベーコン、白いんげん豆、ぎゅうにゅう(乳)、生クリーム(乳)	さつまいも、じゃがいも、こむぎこ(小麦)、にゅうなしマーガリン、あぶら	たまねぎ、にんじん、はくさい、エリンギ、にんにく	
		ウインナーソテー	ウインナー	あぶら	ブロッコリー、カリフラワー、コーン、たまねぎ、ピーマン	
		りんごジャム		さとう	りんご	
17	木	きびごはん		こめ、きび		
		チムシンジ	ぶた肉、ぶたレバー、みそ	じゃがいも	たまねぎ、にんじん、にら、しょうが、にんにく	
		きゅうりのすのもの	ちくわ	さとう	もやし、きゅうり、にんじん、シークヮーサー	
		しおこうじのチキンカツ	とり肉	こむぎこ(小麦)、パンこ(小麦)、でんぷん、あぶら		
18	金	むぎごはん		こめ、むぎ		
		はるさめスープ	とり肉、とうふ	はるさめ	ねぎ、だいこん、えのき、しょうが	
		ドライカレー	ぶた肉、とり肉、ぶたレバー、白いんげん豆	じゃがいも、さとう、あぶら	たまねぎ、にんじん、ピーマン、トマト、にんにく	小麦
		りんご			りんご	
21	月	むぎごはん		こめ、むぎ		
		とりだんごのみそしる	とりだんご(小麦)、とうふ、わかめ、みそ		はくさい、こまつな、しめじ	
		ごもくきんぴら	ぶた肉、だいず	さとう、ごま、ごま油、あぶら	ごぼう、れんこん、にんじん、こんにゃく、えだまめ	
		さばのしょうがに	さば	さとう、でんぷん	しょうが	
22	火	トゥンジージューシー	ぶた肉、油あげ	こめ、べにいも、さつまいも、あぶら	しいたけ、にんじん、ねぎ	
		れんこんのごまあえ	ちくわ	ごま、さとう	れんこん、きゅうり、赤ピーマン、えだまめ、コーン	
		かぼちゃささみぐし	とりささみ	こむぎこ(小麦)、パンこ(小麦)、あぶら	かぼちゃ	
		カップもずく(中学校のみ)	もずく	さとう、こくとう		
23	水	むぎごはん		こめ、むぎ		
		すきやき	ぎゅう肉、とうふ	さとう、あぶら	こんにゃく、はくさい、にんじん、ながねぎ、しめじ、ほうれんそう、にんにく	
		こざかなとアーモンドのあめがらめ	カエリ	アーモンド、ごま、こくとう、さとう		
24	木	むぎごはん		こめ、むぎ		
		たまごコーンスープ	たまご(卵)、とうふ	でんぷん	コーン、きくらげ、にんじん、こまつな	
		チンジャオロースー	とり肉、ぶた肉	さとう、ごま油、あぶら、でんぷん	たけのこ、にんにくのめ、赤ピーマン、ピーマン、たまねぎ、にんにく、しょうが	オイスターソース
		アグーぎょうざ	ぶた肉	こむぎこ(小麦)、ごま油、あぶら	キャベツ、たまねぎ、はくさい、にら、しょうが	
25	金	バジリコスパゲティ	とり肉、ベーコン	スパゲッティ(小麦)、あぶら、にゅうなしマーガリン	たまねぎ、しめじ、エリンギ、ほうれんそう、バジル、にんにく	
		カラフルサラダ	とり肉、ひよこ豆		ブロッコリー、コーン、きゅうり、赤ピーマン	
		ミートボール	とり肉、ぶた肉	パンこ(小麦)、でんぷん、さとう、あぶら	たまねぎ、しょうが	
		クリスマスケーキ	とうにゅう	こめこ、さとう、あぶら、ココア		