令和4年8月

学校給食予定献立表(食物アレルギー詳細を含む)

嘉手納町立学校給食共同調理場
TEL:956-3106

※材料の都合により献立や食材を変更することがあります。

年　　組　名前

食物アレルギーをお持ちのご家庭へ　　この献立は、自己管理できるための献立です。必ず登校前に児童生徒が確認できるようにして下さい。

この献立表は、学校給食に使用される食品、調味料を表示したものです。

※調味料・加工食品等のアレルギー表示については、
別紙『学校給食調味料・加工食品一覧表』で確認ください。

1. 学校給食予定献立表(食物アレルギー詳細を含む)には、食品表示法で定められた28品目を表示します。

●特定原材料7品目　卵　乳　小麦　そば　落花生(ﾋﾟｰﾅｯﾂ)　えび　かに

●特定原材料に準ずる21品目
あわび　いか　いくら　鮭　さば　大豆　ごま　くるみ　ｶｼｭｰﾅｯﾂ　豚肉　牛肉
鶏肉　ｾﾞﾗﾁﾝ　りんご　ﾊﾞﾅﾅ　もも　ｵﾚﾝｼﾞ　ｷｳｲﾌﾙｰﾂ　松茸　山芋　ｱｰﾓﾝﾄﾞ

2. 調味場での揚げ油は、3～4回続けて使用することがあります。
3. 貝類(あさり等)、小魚類(ﾁﾘﾒﾝ・しらす・ｶｴﾘ等)、海藻類(もずく・アーサ・のり等)、煮干しだしには、原材料にえび・かに・いか等が混入するおそれがあります。
4. ﾊﾑやﾍﾞｰｺﾝ、ｳｲﾝﾅｰは乳・卵不使用、無添加です。
5. ﾏﾖﾈｰｽﾞは卵不使用。
6. 練り製品(かまぼこ・ﾁｷｱｷﾞ等)は卵不使用。

日	曜日	行事食 / 欠食		こんだて名	あかのグループ 体をつくる たんぱく質・無機質	きいろのグループ エネルギーとなる 炭水化物・脂質	みどりのグループ 体の調子を整える ビタミン類	その他調味料など
17	水		牛乳	スタミナ丼(麦ごはん)		,米,麦		
				スタミナ丼(具)	ぶた肉	三温糖,でん粉	たまねぎ,にんじん,糸こんにゃく,にんにくの芽	,しょうゆ,ポークブイヨン
		幼稚園		卵とわかめのスープ	たまご,わかめ		にんじん,しいたけ,たまねぎ	煮干しだし,しょうゆ
		小学校		手作り紅芋ごまだんご		べにいも,さとう,もち粉,ごま,でん粉,大豆油		
18	水		牛乳	マーボーラーメン(めん)		中華めん		
				マーボーラーメン(汁)	ぶた肉,大豆,みそ	三温糖,ごま油	にんじん,たまねぎ,もやし,チンゲン菜,長ねぎ,しいたけ,きくらげ	,テンメンジャン,煮干しだし, ポークガラ
		幼稚園		厚揚げのオイスターソース炒め	ぶた肉,厚揚げ	大豆油,三温糖,でん粉	はくさい,にんじん,たけのこ,たまねぎ,こまつな	しょうゆ,オイスターソース
		小学校		黒糖大豆	だいず	黒糖,三温糖		
19	金		牛乳	コーンチーズトースト(食パン)		給食パン		
				コーンチーズトースト(具)	チーズ	ノンエッグマヨネーズ	コーン,パセリ	
		幼稚園		ツナサラダ	ツナ	三温糖,オリーブ油	キャベツ,きゅうり,にんじん,ブロッコリー,シークァーサー果汁	しょうゆ,酢
		小学校		夏やさいスープ	もずく,レンズ豆		へちま,オクラ,トマト,たまねぎ,とうがん	しょうゆ,煮干しだし
22	月		牛乳	麦ごはん		,米,麦		
				夏やさいカレー	ぶた肉	じゃがいも,小麦粉,こめ油,三温糖	たまねぎ,にんじん,かぼちゃ,なす,とうがん,ピーマン	カレールウ,ウスターソース,しょうゆ,ポークガラ,チャツネ
				ヨーグルトサラダ	ヨーグルト	ノンエッグマヨネーズ	パイン缶,もも,バナナ, カクテルゼリー	
23	火		牛乳	ひじきごはん	とり肉,ひじき,だいず,チキアギ	米,麦,三温糖,大豆油	にんじん,こんにゃく	しょうゆ,ポークブイヨン
				モーウィのウサチ		三温糖	モーウィ,きゅうり,シークァーサー果汁	酢
				冬瓜のみそ汁	厚揚げ,みそ		とうがん,にんじん,しめじ,こまつな	煮干しだし
				果物			冷凍みかん	
24	水		牛乳	麦ごはん		,米,麦		
				チャオロースー	ぶた肉	三温糖,でん粉,大豆油	ピーマン,赤ピーマン,黄ピーマン,にんじん,たまねぎ,たけのこ,もやし	しょうゆ,オイスターソース
				大学芋		さつまいも,大豆油,三温糖,水あめ,でん粉,ごま		しょうゆ
				サンラータン	とうふ,たまご	はるさめ,ごま油,三温糖,でん粉	にんじん,トマト,えのきたけ,たけのこ,しいたけ	しょうゆ,酢
25	木		牛乳	チリドック(コッペパン)		給食パン		
				チリドッグ(具)	ウィンナー,ぶた肉,大豆	三温糖,大豆油	たまねぎ,にんじん,マッシュルーム	ウスターソース,デミグラスソース
				カラフルサラダ		三温糖,オリーブ油	にんじん,だいこん,カリフラワー,きゅうり,ブロッコリー,コーン,赤ピーマン	酢
				麦とあさりのスープ	あさり,とり肉	麦,じゃがいも,大豆油	たまねぎ,にんじん,セロリ,	,しょうゆ,チキンブイヨン,煮干しだし
26	金		牛乳	沖縄そば(めん)		沖縄そば		
				(そば汁)	ぶた肉, かまぼこ	三温糖	ねぎ	ポークガラ, 煮干しだし, しょうゆ
				タマナーチャンプルー	とうふ,ぶた肉,糸けずり	大豆油	キャベツ,もやし,にんじん,たまねぎ	しょうゆ
				ゴーヤー入りかき揚げ		小麦粉,でん粉,大豆油	ゴーヤー,たまねぎ,にんじん,ごぼう,きくらげ	
29	月		牛乳	麦ごはん		,米,麦		
				麩イリチー	たまご,ぶた肉	麩,大豆油	にんじん,キャベツ,たまねぎ,もやし,にら	しょうゆ
				冬瓜と鶏肉の汁	とり肉,こんぶ		とうがん,にんじん,チンゲン菜	,しょうゆ,ポークガラ
				納豆みそ	納豆,みそ,糸けずり	大豆油,三温糖		
30	火		牛乳	麦ごはん		,米,麦		
				こんにゃくの金平	ぶた肉,糸けずり	大豆油,三温糖,ごま油,ごま	こんにゃく,にんじん,ピーマン,ごぼう	しょうゆ
				魚の竜田揚げ	さわら,	三温糖,ノンエッグマヨネーズ,でん粉,小麦粉,大豆油		しょうゆ
				うの花汁	おから,油あげ,みそ		だいこん,にんじん,長ねぎ,しいたけ	,煮干しだし
31	水	やさいの日	牛乳	麦ごはん		,米,麦		
				島野菜のドライカレー	ぶた肉,牛肉,大豆,レンズ豆	三温糖,大豆油	オクラ,モーウィ,たまねぎ,にんじん,レーズン	トマトソース,カレールウ,ウスターソース
				冬瓜とアーサのスープ	あおさ,ハム	でん粉	とうがん,たまねぎ	,煮干しだし,しょうゆ
				果物			パイン	

暑いからといって、そうめんやアイスキャンディー（アイスクリーム）、清涼飲料などの冷たいものばかりをとるのは避けましょう。冷たいもののとりすぎは胃腸の働きを鈍らせ、夏ばてを悪化させてしまいます。

夏休みこそ重要!!
大切にしてほしい　栄養バランス

蒸し暑くて「夏ばて」を起こすと食欲がなくなり、偏った食事になってしまうことがあります。夏を元気にすごすためにも、香辛料やかんきつ類などを取り入れて食欲増進を図り、栄養バランスのよい食事を心がけましょう。