

※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。  
※毎月の献立表は、お子様と一緒に確認しましょう。

TEL956-3106

|   |   |    |
|---|---|----|
| 年 | 組 | 名前 |
|---|---|----|

①アレルギーは、義務表示食品・推奨表示食品あわせて28品目を、食品名の後ろに( )で表示しています。

|      |                                                                                             |
|------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| 義務表示 | 卵・乳・えび・かに・小麦・そば・落花生(ピーナッツ)                                                                  |
| 推奨表示 | アーモンド・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<br>ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン |

②こんだて名の後ろ( )内に記載したアレルギーが「除去食提供が可能な場合は○」「除去食提供が不可な場合は×」で表示します。  
③海藻類(もずく、アーサ等)、貝類(あさり等)、小魚(チリメン、カエリ、煮干し粉等)は捕獲の際にえび、かにが混入する可能性があります。  
④揚げ油は、数回使用します。  
⑤献立表・給食だよりは、嘉手納町教育委員会のホームページからご覧いただけます。

| 日/曜日 | 行事食<br>欠食   | こ    ん    だ    て    名 | あかのグループ                            | きいろのグループ                               | みどりのグループ                                      | その他調味料など                                                           |
|------|-------------|-----------------------|------------------------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|
|      |             |                       | 体をつくる                              | エネルギーとなる                               | 体の調子を整える                                      |                                                                    |
|      |             |                       | たんぱく質・無機質                          | 炭水化物・脂質                                | ビタミン類                                         |                                                                    |
| 3    |             | 牛乳                    | 牛乳                                 |                                        |                                               |                                                                    |
| (月)  |             | 麦ごはん                  |                                    | 米、麦                                    |                                               |                                                                    |
|      |             | 夏やさいカレー               | ぶた肉                                | じゃがいも、小麦粉(小麦)、こめ油<br>三温糖               | たまねぎ、にんじん、なす、とうがん、ピーマン<br>レーズン                | カレールウ(小麦)、ウスターソース(りんご、大豆)<br>しょうゆ(小麦、大豆)、ポークガラ(豚肉)                 |
|      |             | フルーツミックス              |                                    | ザリイ(りんご)                               | 黄桃缶(もも)、みかん缶、かんてん、パイナップル                      |                                                                    |
| 4    | 虫歯予防<br>献立  | 牛乳                    | 牛乳                                 |                                        |                                               |                                                                    |
| (火)  |             | ごはん                   |                                    | 米                                      |                                               |                                                                    |
|      |             | きんぴら丼                 | ぶた肉、ちくわ(大豆)                        | 三温糖、ごま、でん粉                             | ごぼう、たまねぎ、にんじん、にら、こんにゃく<br>白菜キムチ(小麦、りんご、大豆、さば) | しょうゆ(小麦、大豆)<br>ポークブイヨン(豚肉、鶏肉)                                      |
|      | 屋良小5年<br>欠食 | ごま汁                   | とり肉、油あげ(大豆)                        | 里芋、ごま                                  | とうがん、にんじん、こんにゃく、しいたけ、長ねぎ                      | 煮干しだし(さば)、みそ(大豆)                                                   |
|      |             | きなこ大豆                 | 大豆、きな粉(大豆)                         | 黒糖、三温糖                                 |                                               |                                                                    |
| 5    |             | 牛乳                    | 牛乳                                 |                                        |                                               |                                                                    |
| (水)  |             | コッペパン                 |                                    | コッペパン(小麦・乳・大豆)                         |                                               |                                                                    |
|      |             | チロッド                  | ウィンナー(豚肉)、ぶた肉、ぶたレバー<br>大豆          | 三温糖、大豆油(大豆)                            | たまねぎ、にんじん、マッシュルーム                             | ウスターソース(大豆、りんご)<br>デミグラスソース(小麦、鶏肉)                                 |
|      | 屋良小5年<br>欠食 | ベジタブルスープ              | ハム(豚肉、大豆)、大豆                       | じゃがいも、三温糖                              | キャベツ、にんじん、たまねぎ                                | ポークガラ(豚肉)、チキンブイヨン(鶏肉)<br>しょうゆ(小麦、大豆)                               |
|      |             | ひじきのツナ和え              | ひじき、ツナ                             | 三温糖                                    | もやし、モーウイ、にんじん、コーン<br>シークワサー果汁                 | しょうゆ(小麦、大豆)、酢(小麦)                                                  |
| 6    |             | 牛乳                    | 牛乳                                 |                                        |                                               |                                                                    |
| (木)  |             | 麦ごはん                  |                                    | 米、麦                                    |                                               |                                                                    |
|      |             | ちくわ磯辺揚げ               | ちくわ(大豆)、煮干し粉、豆乳(大豆)、青のり            | 小麦粉(小麦)、大豆油(大豆)                        |                                               |                                                                    |
|      |             | モーウィの梅肉あえ             | 糸けずり                               | 三温糖、ごま油(ごま)                            | モーウィ、きゅうりにんじん、うめ                              | しょうゆ(小麦、大豆)、酢(小麦)                                                  |
|      |             | 貝だくさんみそ汁              | とうふ(大豆)、油あげ(大豆)                    | じゃがいも                                  | だいこん、にんじん、こまつな                                | 煮干しだし(さば)、みそ(大豆)                                                   |
| 7    |             | 牛乳                    | 牛乳                                 |                                        |                                               |                                                                    |
| (金)  |             | チキンライス                | とり肉、レンズ豆                           | 米、麦、大豆油(大豆)、三温糖                        | にんじん、たまねぎ、あお豆(大豆)、ピーマン、トマト                    | チキンブイヨン(鶏肉)                                                        |
|      |             | オムライスシート【卵×】          | 卵シート(卵、小麦、大豆)                      |                                        |                                               |                                                                    |
|      |             | コーンチャウダー              | とり肉、大豆、豆乳(大豆)                      | じゃがいも、小麦粉(小麦)、こめ油<br>大豆油(大豆)           | たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、コーン                         | ポークガラ(豚肉)、チキンブイヨン(鶏肉)                                              |
| 10   |             | ごはん                   |                                    | 米                                      |                                               |                                                                    |
| (月)  |             | ウカライリチー               | おかから(大豆)、ひじき、ちくわ(大豆)<br>油あげ(大豆)、ツナ | 大豆油(大豆)                                | にんじん、もやし、にら                                   | しょうゆ(小麦、大豆)、                                                       |
|      |             | クーリジシ【卵○】             | ぶた肉、かまぼこ(大豆)、卵                     |                                        | しいたけ、とうがん、こんにゃく                               | しょうゆ(小麦、大豆)                                                        |
|      |             | 梅みそ                   | ツナ                                 | 大豆油(大豆)、三温糖                            | うめ                                            | みそ(大豆)                                                             |
|      |             | あまがし                  | 金時豆、緑豆                             | 麦、三温糖、黒糖                               |                                               |                                                                    |
| 11   |             | 牛乳                    | 牛乳                                 |                                        |                                               |                                                                    |
| (火)  |             | 麦ごはん                  |                                    | 米、麦                                    |                                               |                                                                    |
|      |             | なすとひき肉の中華炒め           | ぶた肉、ぶたレバー、厚揚げ(大豆)                  | 三温糖、ごま油(ごま)、大豆油(大豆)、でん粉                | なす、たまねぎ、にんじん、こまつな、しいたけ                        | オイスターソース、しょうゆ(小麦、大豆)<br>テンメンジャン(小麦、大豆、ごま)<br>ポークブイヨン(豚肉、鶏肉)        |
|      |             | 五目スープ                 | ささ身                                | でん粉                                    | にんじん、たまねぎ、とうがん、きくらげ、ほうれん草<br>オレンジ 予定          | ポークガラ(豚肉)、しょうゆ(小麦、大豆)                                              |
|      |             | 果物                    |                                    |                                        |                                               |                                                                    |
| 12   |             | 牛乳                    | 牛乳                                 |                                        |                                               |                                                                    |
| (水)  |             | 麦ごはん                  |                                    | 米、麦                                    |                                               |                                                                    |
|      |             | マンガク小                 | ぶた肉、チキアギ(大豆)、油あげ(大豆)               | 三温糖、大豆油(大豆)                            | だいこん、にんじん、からしな、グリーンピース<br>しいたけ                | しょうゆ(小麦、大豆)                                                        |
|      |             | 手作りちりめんふりかけ           | チリメン、糸けずり、あおのり                     | ごま、三温糖                                 |                                               | しょうゆ(小麦、大豆)                                                        |
|      |             | わかめとじゃがいものみそ汁         | わかめ、厚揚げ(大豆)                        | じゃがいも                                  | たまねぎ                                          | 煮干しだし(さば)、みそ(大豆)                                                   |
| 13   |             | 牛乳                    | 牛乳                                 |                                        |                                               |                                                                    |
| (木)  |             | バジルズバゲティ              | ささ身、ウィンナー(豚肉)                      | スパゲティ(小麦)、オリーブ油                        | たまねぎ、キャベツ、しめじ、ピーマン、にんじん                       | バジルペースト(乳)、チキンブイヨン(鶏肉)                                             |
|      |             | ジュリエヌスープ              | ベーコン(豚肉)                           | じゃがいも                                  | だいこん、にんじん、はくさい、たまねぎ                           | ポークガラ(豚肉)、しょうゆ(小麦、大豆)                                              |
|      |             | 鶏肉のシークワサー焼き           | とり肉                                | 三温糖                                    | シークワサー果汁                                      | しょうゆ(小麦、大豆)                                                        |
| 14   |             | 牛乳                    | 牛乳                                 |                                        |                                               |                                                                    |
| (金)  |             | とりごぼうごはん              | とり肉、大豆、ひじき、油あげ(大豆)、煮干し粉            | 米、麦、大豆油(大豆)、三温糖                        | ごぼう、こんにゃく、にんじん、あお豆(大豆)                        | しょうゆ(小麦、大豆)                                                        |
|      |             | 小魚南蛮漬け                | 小いわし                               | 小麦粉(小麦)、大豆油(大豆)、三温糖、でん粉                | たまねぎ、にんじん                                     | しょうゆ(小麦、大豆)、酢(小麦)                                                  |
|      |             | けんちん汁                 | とうふ(大豆)                            | 里芋、ごま油(ごま)                             | だいこん、ごぼう、こんにゃく、にんじん<br>長ねぎ、しいたけ               | 煮干しだし(さば)、しょうゆ(小麦、大豆)                                              |
| 17   |             | 牛乳                    | 牛乳                                 |                                        |                                               |                                                                    |
| (月)  |             | 煮込みカレーうどん             | ぶた肉、煮干し粉                           | うどん(小麦)、大豆油(大豆)                        | はくさい、たまねぎ、にんじん、こまつな、しいたけ                      | ポークガラ(豚肉)、煮干しだし(さば)<br>カレールウ(小麦)、ウスターソース(りんご、大豆)                   |
|      |             | キャベツのごまジャコ和え          | チリメン、ツナ                            | ごま、三温糖                                 | キャベツ、にんじん、きゅうり                                | 酢(小麦)、しょうゆ(小麦、大豆)                                                  |
|      |             | ウムクジアンダギー             |                                    | べにいも、もち粉、三温糖<br>大豆油(大豆)                |                                               |                                                                    |
| 18   |             | 牛乳                    | 牛乳                                 |                                        |                                               |                                                                    |
| (火)  |             | ココア揚げパン               | 脱脂粉乳(乳)                            | 給食パン(小麦・乳・大豆)、三温糖、<br>アーモンド、黒糖、大豆油(大豆) |                                               |                                                                    |
|      |             | ゴーヤーのコールスロー           | ツナ                                 |                                        | ゴーヤー、モーウイ、赤ピーマン、黄ピーマン                         |                                                                    |
|      |             | ABCミネストローネ            | とり肉、大豆                             | じゃがいも、マカロニ(小麦)、オリーブ油                   | たまねぎ、にんじん、キャベツ、トマト                            | ポークガラ(豚肉)、ウスターソース(りんご、大豆)                                          |
| 19   | 食育の日<br>献立  | 牛乳                    | 牛乳                                 |                                        |                                               |                                                                    |
| (水)  |             | 麦ごはん                  |                                    | 米、麦                                    |                                               |                                                                    |
|      |             | さばのねぎしょうゆだれ           | さば                                 | 三温糖                                    | 長ねぎ                                           | しょうゆ(小麦、大豆)、酢(小麦)                                                  |
|      |             | ひじき炒め                 | ひじき、ぶた肉、大豆、煮干し粉                    | 三温糖                                    | もやし、にんじん、キャベツ、こんにゃく、にら                        | しょうゆ(小麦、大豆)                                                        |
|      |             | まめマメ豆汁                | とうふ(大豆)、油あげ(大豆)                    |                                        | だいこん、にんじん、しめじ、長ねぎ                             | 煮干しだし(さば)、みそ(大豆)                                                   |
| 20   |             | 牛乳                    | 牛乳                                 |                                        |                                               |                                                                    |
| (木)  |             | 麦ごはん                  |                                    | 米、麦                                    |                                               |                                                                    |
|      |             | ゴーヤーチャンブルー【卵○】        | ぶた肉、とうふ(大豆)、卵、煮干し粉                 | 麩(小麦)、大豆油(大豆)                          | ゴーヤー、もやし、たまねぎ、にんじん                            | しょうゆ(小麦、大豆)                                                        |
|      | 幼稚園<br>欠食   | 納豆                    | なっとう(大豆、小麦)                        |                                        |                                               |                                                                    |
|      |             | 冬瓜ともずくのスープ            | もずく                                |                                        | とうがん、にんじん、えのきたけ                               | 煮干しだし(さば)、しょうゆ(小麦、大豆)                                              |
| 21   | 慰霊の日<br>献立  | 牛乳                    | 牛乳                                 |                                        |                                               |                                                                    |
| (金)  |             | ボロボロジュシー              | ぶた肉                                | 米、麦                                    | にんじん、とうがん、カンタバー                               | しょうゆ(小麦、大豆)、<br>ポークブイヨン(豚肉、鶏肉)                                     |
|      | 屋良小6年<br>欠食 | やさいチャンブルー             | ぶた肉、厚揚げ(大豆)、煮干し粉                   | 大豆油(大豆)                                | キャベツ、もやし、にんじん、こまつな                            | しょうゆ(小麦、大豆)                                                        |
|      |             | 焼きいも                  |                                    | べにいも                                   |                                               |                                                                    |
| 24   |             | 牛乳                    | 牛乳                                 |                                        |                                               |                                                                    |
| (月)  |             | 麦ごはん                  |                                    | 米、麦                                    |                                               |                                                                    |
|      |             | マーボー冬瓜                | ぶた肉、ぶたレバー、とうふ(大豆)、大豆               | ごま油(ごま)、三温糖、でん粉                        | とうがん、たまねぎ、にんじん、たけのこ<br>しいたけ、にら                | みそ(大豆)、テンメンジャン(小麦、大豆、ごま)<br>しょうゆ(小麦、大豆)、オイスターソース<br>ポークブイヨン(豚肉、鶏肉) |
|      |             | ナムル                   |                                    | ごま、三温糖、ごま油(ごま)                         | もやし、にんじん、こまつな                                 | しょうゆ(小麦、大豆)                                                        |
| 25   |             | 牛乳                    | 牛乳                                 |                                        |                                               |                                                                    |
| (火)  |             | 全粒粉パン                 |                                    | 全粒粉パン(小麦、乳、大豆)<br>大豆油(大豆)              |                                               |                                                                    |
|      |             | スクランブルエッグ【卵○】         | 卵、ウィンナー(豚肉)、とうふ(大豆)                |                                        | にんじん、コーン、たまねぎ、こまつな                            |                                                                    |
|      |             | 手作り冬瓜ジャム              | ぶた肉、大豆                             | さとう、コーン、スターチ                           | とうがん、りんご、レモン果汁                                |                                                                    |
|      |             | ポークビーンズ               | ポークビーンズ缶(小麦、大豆、豚肉)                 | じゃがいも、三温糖、小麦粉(小麦)<br>こめ油、大豆油(大豆)       | たまねぎ、にんじん、トマト                                 | デミグラスソース(小麦、鶏肉)<br>ウスターソース(りんご、大豆)、ポークガラ(豚肉)                       |
| 26   |             | 牛乳                    | 牛乳                                 |                                        |                                               |                                                                    |
| (水)  |             | うっちゃんライス              | とり肉、レンズ豆                           | 米、麦、大豆油(大豆)、三温糖                        | にんじん、ピーマン、ごぼう、マッシュルーム                         | チキンブイヨン(鶏肉)、しょうゆ(小麦、大豆)                                            |
|      |             | 麦とあさりのスープ             | あさり、とり肉                            | 麦、じゃがいも、大豆油(大豆)                        | たまねぎ、にんじん                                     | しょうゆ(小麦、大豆)、ポークガラ(豚肉)                                              |
|      |             | 魚のパン粉焼き               | 赤魚                                 | パン粉(小麦・大豆)、オリーブ油                       |                                               |                                                                    |
| 27   |             | 牛乳                    | 牛乳                                 |                                        |                                               |                                                                    |
| (木)  |             | ごはん                   |                                    | 米                                      |                                               |                                                                    |
|      |             | 煮つけ                   | ぶた肉、こんぶ、チキアギ(大豆)<br>厚揚げ(大豆)        | 三温糖、大豆油(大豆)                            | こんにゃく、しいたけ、とうがん、にんじん、こまつな、<br>しょうが            | しょうゆ(小麦、大豆)、煮干しだし(さば)<br>ポークブイヨン(豚肉、鶏肉)                            |
|      |             | あじフライ                 | あじフライ(小麦・大豆)                       | 大豆油(大豆)                                |                                               |                                                                    |
|      |             | 果物                    |                                    |                                        | すいか 予定                                        |                                                                    |
| 28   |             | ごはん                   |                                    | 米                                      |                                               |                                                                    |
| (金)  |             | スタミナ丼                 | ぶた肉                                | 三温糖、でん粉                                | たまねぎ、にんじん、こんにゃく、にんにくの芽                        | しょうゆ(小麦、大豆)<br>ポークブイヨン(豚肉、鶏肉)                                      |
|      |             | サンラータン                | とうふ(大豆)                            | はるさめ、ごま油(ごま)、三温糖、でん粉                   | にんじん、長ねぎ、トマト、たまねぎ、木くらげ                        | しょうゆ(小麦、大豆)、酢(小麦)                                                  |
|      |             | 甘酢和え                  |                                    | 三温糖、ごま油(ごま)、ごま                         | にんじん、モーウイ、きゅうり                                | しょうゆ(小麦、大豆)、酢(小麦)                                                  |