

※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 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 欠食	こ ん だ て 名	あかのグループ	さいろのグループ	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 (月)	桃の節句	ちらし寿し		米		ちらしずしの素(大豆、鶏肉、小麦)
		はまぐりのお吸い物	はまぐりとうふ(大豆)		えのきたけ、だいこん、菜の花	しょうゆ(小麦、大豆)
4 (火)	中3	魚の花団焼き	ホキ、チーズ(乳)	ノンエッグマヨネーズ(大豆)	たまねぎ、赤ピーマン、黄ピーマン、パセリ	みそ(大豆)
		ひなあられ		ひなあられ(大豆)		
5 (水)	中3	生乳	牛乳		ジョア(乳)	
		麦ごはん		米、麦		
6 (木)		マーボー大根	とうふ(大豆)、ぶた肉、豚レバー(豚肉)、大豆	ごま油(ごま)、でん粉、黒糖	だいこん、たまねぎ、にんじん、たけのこ、きくらげ、にら	みそ(大豆)、テンメンジャン(小麦、大豆、ごま)、しょうゆ(小麦、大豆)、ポークブイヨン(豚肉、鶏肉)
		パンウースウ	ハム(豚肉、大豆)	はるさめ、三温糖、ごま油(ごま)、ごま	もやし、きゅうり、にんじん	しょうゆ(小麦、大豆)、酢(小麦)
7 (金)	中3	くだもの			清見オレンジ 予定	
		生乳	牛乳			
8 (土)		麦ごはん		米、麦		
		大根のそぼろ煮	ぶた肉、厚揚げ(大豆)、煮干し粉	三温糖、でん粉	だいこん、にんじん、たまねぎ、こまつな、たけのこ、しいたけ	しょうゆ(小麦、大豆)
9 (日)		からしなおかか和え	糸けずり	三温糖	からしな、もやし	しょうゆ(小麦、大豆)
		千草焼き(卵×)	千草焼(小麦・卵・乳・大豆・鶏肉)			
10 (月)	嘉手納小6 考案献立	生乳	牛乳			
		ココア揚げパン	脱脂乳(乳)	コッペパン(小麦・乳・大豆)、ココア、三温糖、黒糖、アーモンド、大豆油(大豆)		
11 (火)	中3	ブロッコリーサラダ	ちくわ(大豆)、ハム(豚肉、大豆)	オリーブ油、三温糖	ブロッコリー、カリフラワー、コーン、にんじん、きゅうり	酢(小麦)、しょうゆ(小麦、大豆)
		麦のポタージュ	とり肉、あさり、豆乳(大豆)	麦、じゃがいも、小麦粉(小麦)、こめ油、大豆油(大豆)	たまねぎ、にんじん、セロリ	ポークガラ(豚肉)、チキンブイヨン(鶏肉)
12 (水)	嘉手納小6 考案献立	いちご【中3のみ】			いちご	
		生乳	牛乳			
13 (木)	中3	黒米ごはん		黒米、米		
		千切りイリチー	こんぶ、ぶた肉、かまぼこ(大豆)	黒糖、大豆油(大豆)	干し大根、こんにゃく	しょうゆ(小麦、大豆)
14 (金)	中3	魚天ぷら	ホキ、豆乳(大豆)	小麦粉(小麦)、大豆油(大豆)	こんにゃく、しいたけ、ねぎ、しょうが	ポークガラ(豚肉)、しょうゆ(小麦、大豆)
		中身汁	ぶた中身、ぶた肉		原宿ドック(小麦・卵・乳・ゼラチン)	
15 (土)	嘉手納小6 考案献立	原宿ドック【中3のみ】				
		生乳	牛乳			
16 (日)	中3	ブロッコリーのペペロンチーノ	とり肉、ベーコン(豚肉)	スパゲティ(小麦)、大豆油(大豆)	しめじ、たまねぎ、ブロッコリー、にんじん	チキンブイヨン(鶏肉)、しょうゆ(小麦、大豆)
		チキン照り焼き	とり肉	オリーブ油		しょうゆ(小麦、大豆)
17 (月)	中3	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)
		手作りブラウニー【小6のみ】	卵、豆乳(大豆)	さとう、バター(乳)、小麦粉(小麦)、ココア		
18 (火)	中3	麦ごはん		米、麦		
		さばのみそあんかけ	さば	三温糖、でん粉		みそ(大豆)
19 (水)	中3	ほうれん草のごま和え	とうふ(大豆)	ごま、三温糖	ほうれんそう、きゅうり、もやし	しょうゆ(小麦、大豆)、酢(小麦)
		けんちん汁		里芋、ごま油(ごま)	だいこん、ごぼう、こんにゃく、にんじん、長ねぎ	煮干しだし(さば)、しょうゆ(小麦、大豆)
20 (木)	嘉手納小6 考案献立				しいたけ	
		生乳	牛乳			
21 (金)	中3	バーガーパン		バーガーパン(小麦、乳、大豆)		
		ハンバーグバインソース	ハンバーグ(鶏肉、豚肉、大豆)	黒糖、でん粉	バイン缶、たまねぎ	デミグラスソース(小麦、鶏肉)
22 (土)	中3	キャベツとにんじんのサラダ	チーズ(乳)	ノンエッグマヨネーズ(大豆)、三温糖	キャベツ、きゅうり、にんじん	しょうゆ(小麦、大豆)
		コーンポタージュ	とり肉、大豆、豆乳(大豆)	じゃがいも、小麦粉(小麦)、こめ油、大豆油(大豆)	たまねぎ、にんじん、コーン	酢(小麦)
23 (日)	幼稚園	生乳	牛乳			ポークガラ(豚肉)、チキンブイヨン(鶏肉)
		麦ごはん		米、麦		
24 (月)	幼稚園	ピピンバ【肉】	牛肉、ぶた肉	黒糖、でん粉、大豆油(大豆)	木くらげ	テンメンジャン(小麦、大豆、ごま)、みそ(大豆)
		ピピンバ【ナムル】		ごま、黒糖、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 (火)	幼稚園	白菜スープ	とうふ(大豆)	大豆油(大豆)	はくさい、たまねぎ、にんじん、チンゲン菜	ポークガラ(豚肉)、しょうゆ(小麦、大豆)
					えのきたけ	
26 (水)	幼稚園	生乳	牛乳			
		麦ごはん		米、麦		
27 (木)	幼稚園	キーマカレー	とり肉、ぶた肉、ぶたレバー(豚肉)、大豆	じゃがいも、小麦粉(小麦)、こめ油、黒糖、大豆油(大豆)	たまねぎ、にんじん、ピーマン、かぼちゃ、レーズン	カレールー(小麦)、しょうゆ(小麦、大豆)
		栄養漬け	刻み昆布、カエリ、糸けずり	三温糖	だいこん、キャベツ、にんじん	ウスターソース(大豆、りんご)、ポークガラ(豚肉)
28 (金)	幼稚園					しょうゆ(小麦、大豆)、酢(小麦)
		生乳	牛乳			
29 (土)	幼稚園	フーチバージュシー	ぶた肉、チキアギ(大豆)	米、麦、三温糖、大豆油(大豆)	にんじん、よもぎ、しいたけ、こんにゃく	しょうゆ(小麦、大豆)、ポークブイヨン(豚肉、鶏肉)
		小いわし南蛮漬け	小いわし	小麦粉(小麦)、大豆油(大豆)、三温糖、でん粉	たまねぎ、赤ピーマン	しょうゆ(小麦、大豆)、酢(小麦)
30 (日)	幼稚園	アーサとたまごの汁(卵○)	とうふ(大豆)、あおき、卵		たまねぎ、にんじん、だいこん	煮干しだし(さば)、しょうゆ(小麦、大豆)
		お楽しみデザート【幼稚園のみ】			お楽しみデザート(大豆)	
31 (月)	幼稚園	生乳	牛乳			
		沖縄そば	ぶた肉、かまぼこ(大豆)	沖縄そば(小麦、大豆)、三温糖	ねぎ	ポークガラ(豚肉)、煮干しだし(さば)
32 (火)	幼稚園	アーモンドじゃこ	カエリ	アーモンド、ごま、黒糖		しょうゆ(小麦、大豆)
		タマナーチャンブルー	とうふ(大豆)、ぶた肉、糸けずり	大豆油(大豆)	キャベツ、もやし、にんじん、たまねぎ、こまつな	しょうゆ(小麦、大豆)
33 (水)	幼稚園	お楽しみデザート【小学校のみ】			お楽しみデザート(大豆)	
		生乳	牛乳			
34 (木)	幼稚園	ピラフ	ぶた肉、ウィンナー(豚肉)、レンズ豆	米、麦、大豆油(大豆)、三温糖	にんじん、たまねぎ、コーン、ピーマン	チキンブイヨン(鶏肉)、しょうゆ(小麦、大豆)
		卵とトマトのスープ(卵○)	卵	でん粉	コーン、たまねぎ、トマト、みずな	ポークガラ(豚肉)
35 (金)	幼稚園	ポテパンカッパ焼き	チーズ(乳)	じゃがいも、ノンエッグマヨネーズ(大豆)	かぼちゃ、パセリ	
		お楽しみデザート【中学校のみ】			お楽しみデザート(大豆)	



給食の味をおうちで作ってみよう



普段よりも時間に余裕のある春休み♪給食もないので、あ〜給食を食べたいな!と思ったときに是非作ってみてください。

給食で人気!朝ごはんにも使えそう!子どもでも簡単に作れそうなメニューをアレンジして紹介します。

○コーンチーズトースト○

材料

- ・食パン 1枚
- ・冷凍コーン スプーン2杯
- ・ツナ スプーン1杯
- ・マヨネーズ スプーン1と1/2杯
- ・パセリやみじん切りにした玉ねぎなど お好みで
- ・スライスチーズ 1枚

作り方

- ①冷凍コーン・ツナ・マヨネーズ・パセリや玉ねぎなどを混ぜ合わせる。
- ②食パンに①とマヨネーズをのせ、オーブンやトースターで焼いて出来上がり。

○納豆みそ○

材料

- ・ひきわり納豆 1パック
- ・お好みの味噌 スプーン2杯
- ・砂糖 スプーン1/2杯〜1杯
- ・おろししょうが お好みで
- ・糸けずり お好みで
- ・油 少々

作り方

- ①油をしいたフライパンに材料を全て入れて混ぜながら火を通していく。
- ②おにぎりの具におすすめです!