

# 令和8年6月 アレルギー詳細献立表

TEL:945-4935

1、「予定献立表(アレルギー)」には、食品衛生法に定められた28品目を表示しています。

| 特定原材料(表示義務)9品目                     | 特定原材料に準ずるもの(表示を推奨)20品目  |
|------------------------------------|---|
| えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生<br>くるみ、カシューナッツ | あわび、いか、いくら、オレンジ、キウイフルーツ、牛肉、ごま、さけ、さば、大豆<br>鶏肉、バナナ、豚肉、ピスタチオ、マカダミアナッツ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、アーモンド |

2、同一ライン上でのアレルギーの情報を確認したい方は、給食調理場までご連絡ください。

3、西原センターで使用している練り製品類には、卵は使用されていません。※使用されている食材には「(卵)」表示がありますのでご確認ください。

4、アーサやもずく、チリメンはエビ、カニ、貝が生息しているところとれたものを使用しているため、「エビ、カニ、貝」が混入することがあります。

5、天候や食材料の都合により、献立の変更や食材を変更することがあります。(※特に葉野菜やくだものは天候や価格によって変動することが多くなっていますのでご理解ください)

※ 醤油・酢に含まれている「小麦・大豆」は省略しています。 情報が必要な方は給食調理場までご連絡ください。

| 日  | 曜日 | こんだて  | (あか)<br>おもに体をつくるものになる食品   | (きいろ)<br>おもにエネルギーのもとになる食品  | (みどり)<br>おもに体の調子を整えるものになる食品   | 調味料                                      |
|----|----|---|---|--|---|--|
| 1  | 月  | ごはん<br>鶏と大根の赤だし<br>じゃがいものきんぴら炒め   | とりにく、とうふ(大豆)、わかめ、みそ(大豆)<br>きゅうにく、チキアギ(大豆)   | こめ<br>フライドポテト、大豆油、三温糖、ごま、ごま油   | だいこん、えのき、長ねぎ<br>ごぼう、にんじん、こんにゃく、あお豆(大豆)  | ごま                                       |
| 2  | 火  | 穀物ふりかけ<br>麦ごはん<br>あさり入りスンドubuチヂメ<br>アンドンチムタク(韓国風鶏肉煮込み)                              | 黒のり<br>あさり、ぶたにく、とうふ(大豆)、みそ(大豆)<br>とりにく  | 米、ひえ、キヌア、砂糖、てん粉<br>こめ、麦<br>大豆油、ごま油   | にんじん<br>はくさい、にんじん、白菜キムチ(大豆)、にら、に<br>んにく、しょうが、玉ねぎ、にんじん、だいこん、た<br>けのこ<br>にんじん、にら、玉ねぎ  | 鶏肉、大豆                                    |
| 3  | 水  | きびごはん<br>子キンードルスープ<br>タコライスミート  | とりにく<br>きゅうにく、ぶたにく、大豆、豚レバー、レンズ豆   | こめ、きび<br>スパゲティ(小麦)、じゃがいも<br>三温糖  | にんじん、玉ねぎ、セロリ、パセリ<br>にんにく、ウージパウダー、玉ねぎ、にんじん、ビー<br>マン、トマト<br>キャベツ、きゅうり   | 小麦、卵、大豆<br>鶏肉、豚肉<br>大豆、りんご               |
| 4  | 木  | 全粒粉パン<br>スライスチーズ<br>冬のトマト煮<br>イカのバジルソース焼き<br>れんこんサラダ                                | 脱脂粉乳(乳)<br>とりにく、赤いんげん豆、レンズ豆<br>イカ<br>とりにく、さきみ   | 小麦粉、全粒粉、砂糖、ショートニング(大豆)<br>じゃがいも、大豆油、三温糖  | どうがん、玉ねぎ、ブロッコリー、あお豆(大豆)、ト<br>マト、にんにく<br>れんこん、キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン   | 小麦、乳、大豆<br>小麦、大豆、りんご、鶏肉                  |
| 5  | 金  | ごはん<br>さつま汁<br>そぼろ丼   | とりにく、みそ(大豆)<br>とりにく、ぶたにく、大豆、たまご   | こめ<br>さつまいも<br>三温糖、大豆油   | こんにゃく、にんじん、だいこん、ごまつな<br>にんじん、玉ねぎ、たけのこ、あお豆(大豆)、にん<br>じく<br>オレンジ<br>パッションフルーツ   |  |
| 8  | 月  | 梅ゆかりごはん<br>かぼちゃのみそ汁<br>豚バラと根菜の煮物  | 油あげ(大豆)、わかめ、みそ(大豆)<br>ぶたにく  | こめ、砂糖、てん粉<br>じゃがいも、三温糖、大豆油   | しそ、うめ<br>かぼちゃ、玉ねぎ、えのき、長ねぎ<br>にんじん、だいこん、こんにゃく、ごぼう、れんこん、<br>いんげん、しょうが<br>りんご果汁  | 大豆、りんご                                   |
| 9  | 火  | お口の健康ゼリー<br>沖縄そば(麺)<br>野菜そば   | 寒天、豆乳(大豆)   | 水あめ、砂糖<br>沖縄そば(小麦)   | キャベツ、にんじん、玉ねぎ、にら、しょうが、にんに<br>く  | 鶏肉、豚肉、りんご                                |
| 10 | 水  | さつまいも天ぷら<br>ミニガンのピーナッツ和え<br>麦ごはん<br>かじわ汁  | さつまいも、みそ(大豆)<br>ミニガン、みそ(大豆)<br>とりにく   | さつまいも、小麦粉、てん粉、なたね油<br>三温糖、ピーナッツバター(落花生)  | きゅうり、だいこん、もやし   | 小麦                                       |
| 11 | 木  | 豚ニラもやし炒め<br>しゃものカレーマヨ焼き<br>(中)フーチパージュシー<br>(小)五目釜めし<br>いわしの生煮<br>シブインブシー<br>小魚アーモンド | ぶたにく、あつあげ(大豆)<br>子ももしゃも<br>ぶたにく、かまぼこ(大豆)、こんぶ<br>とりにく、油あげ(大豆)<br>いわし<br>ぶたにく、あつあげ(大豆)、チキアギ(大豆)、み<br>そ(大豆)<br>かたくちいわし、アーモンド | 大豆油、ごま油<br>卵なしマヨネーズ(大豆)<br>こめ、大豆油<br>こめ、調合油、砂糖<br>砂糖、てん粉<br>大豆油、三温糖                              | どうがん、ごぼう、えのき、長ねぎ、しいたけ、しょう<br>が<br>どうがん、だいこん、にんじん、こんにゃく、にら   | 大豆、りんご<br>豚肉、鶏肉、りんご<br>大豆、鶏肉、小麦<br>小麦、大豆 |
| 12 | 金  | カルシウムごはん<br>ポークカレー  | ぶたにく、豚レバー、白いんげん豆  | こめ<br>じゃがいも、小麦粉、サラダ油、大豆油   | 玉ねぎ、にんじん、ピーマン、トマト、ウージパウ<br>ダー、ブルーベリー、にんにく、しょうが<br>にんじん、きゅうり、ブロッコリー  | 小麦、牛肉、鶏肉、大豆、りん<br>ご                      |
| 15 | 月  | ひじきとひよこ豆のサラダ<br>麦ごはん<br>もずくと卵の中華スープ<br>肉団子の甘酢炒め                                     | ひじき、ひよこ豆、ちくわ<br>もずく、たまご、とうふ(大豆)<br>ミートボール(大豆・豚肉・鶏肉)   | こめ、麦<br>ごま油<br>三温糖、黒糖、てんぷん、ごま油、大豆油   | 長ねぎ<br>にんじん、玉ねぎ、パプリカ、ピーマン、たけのこ、<br>れんこん、にんにく、しょうが、ウージパウダー<br>りんご  | 鶏肉<br>りんご、豚肉、鶏肉                          |
| 16 | 火  | りんご<br>ごはん<br>あさりのみそ汁<br>サバの塩こうじ焼き<br>モーワイの梅肉和え                                     | とりにく<br>あさり、とうふ(大豆)、わかめ、みそ(大豆)<br>さば<br>とりにく  | こめ<br>ごま油<br>三温糖   | だいこん、えのき、長ねぎ<br>モーワイ、だいこん、きゅうり、にんじん、切干大根、<br>うめ   | りんご                                      |
| 17 | 水  | コッペパン<br>ヘチマのクリームスープ<br>ポテトと豆のピザ焼き<br>アーモンドサラダ                                      | 脱脂粉乳(乳)<br>とりにく、脱脂粉乳(乳)、白いんげん豆<br>白いんげん豆、大豆、チーズ(乳)<br>ツナ  | 小麦粉、砂糖、ショートニング(大豆)<br>じゃがいも、生クリーム(乳)、小麦粉、米サラダ油<br>じゃがいも<br>アーモンド、三温糖、オリーブ油                       | へちま、にんじん、玉ねぎ、しめじ<br>あお豆(大豆)、バジル<br>キャベツ、きゅうり、にんじん、ブロッコリー、コー<br>ン、シークワーサー果汁  | 小麦、乳、大豆<br>小麦、乳、大豆、牛肉、鶏肉<br>大豆           |
| 18 | 木  | きびごはん<br>冬瓜のすまし汁<br>ハワイイリチー<br>紅芋ごま大福   | ぶたにく、かまぼこ<br>ツナ、かつおぶし   | こめ、きび<br>大豆油<br>ラード(豚肉・牛肉・大豆)、砂糖、紅芋、もち粉、<br>白玉粉、大豆油、ごま   | どうがん、こんにゃく、しいたけ<br>ハワイイ、にんじん、玉ねぎ、ごまつな、にら  | 豚肉<br>ごま、豚肉、牛肉、大豆                        |
| 19 | 金  | ごはん<br>沖縄風煮つけ<br>ゴーヤーのツナ和え  | ぶたにく、こんぶ、あつあげ(大豆)、チキアギ(大<br>豆)<br>ツナ  | こめ<br>大豆油、三温糖<br>三温糖   | どうがん、だいこん、にんじん、ごまつな、こんにゃ<br>く、いんげん<br>ゴーヤー、もやし、きゅうり、にんじん、シークワー<br>サー果汁  | 豚肉、鶏肉、りんご<br>りんご                         |
| 22 | 月  | あまがし<br>ポロポロジュシー<br>焼き芋<br>グンボーイリチー   | 金時豆、緑豆<br>ぶたにく<br>ぶたにく、チキアギ、油あげ(大豆)、みそ(大豆)  | こめ、麦<br>さつまいも<br>ごま、三温糖、水あめ、大豆油  | しいたけ、にんじん、とうがん、ようさい(空心菜)<br>ごぼう、にんじん、いんげん、こんにゃく、しょうが  |  |
| 24 | 水  | ミートスパゲティ<br>スイートポテトサラダ<br>米粉ワッフルドッグ(チョコクリーム)<br>(中)チーズ                              | ぶたにく、大豆<br>ハム(豚肉・大豆)、チーズ(乳)<br>たまご、豆乳(大豆)<br>チーズ(乳)   | スパゲティ(小麦)、オリーブ油、三温糖<br>さつまいも、卵なしマヨネーズ(大豆)、三温糖<br>砂糖、米粉、調合油、てん粉、ココアパウダー                           | 玉ねぎ、にんじん、ピーマン、しめじ、マッシュルー<br>ム、ウージパウダー、にんにく、トマト<br>にんじん、きゅうり   | 小麦、鶏肉、大豆、りんご<br>卵、大豆<br>乳                |
| 25 | 木  | ごはん<br>つみれ汁<br>子章焼  | とびうおつみれ、とうふ(大豆)<br>たまご、チーズ(乳)、とりにく  | こめ<br>なたね油、大豆油、砂糖  | だいこん、ごぼう、にんじん、長ねぎ<br>しいたけ、ほうれん草、にんじん、玉ねぎ  | 小麦、卵、乳、大豆、鶏肉                             |
| 26 | 金  | イカときゅうりのあえもの<br>きびごはん<br>はんぺんのすまし汁<br>野菜のにんにくみそ炒め                                   | いか、ツナ、みそ(大豆)<br>はんぺん(大豆・やまいも)、わかめ<br>ぶたにく、あつあげ(大豆)、みそ(大豆)   | ごま、三温糖<br>こめ、きび<br>三温糖、大豆油   | きゅうり、だいこん、モーワイ、にんじん<br>だいこん、長ねぎ、えのき<br>にんじん、玉ねぎ、キャベツ、切干大根、いんげん、<br>にんにく<br>ずもも  | 小麦、卵、乳、大豆、鶏肉                             |
| 29 | 月  | ずもも<br>(小)フーチパージュシー<br>(中)五目釜めし   | ぶたにく、かまぼこ(大豆)、こんぶ<br>とりにく、油あげ(大豆)   | こめ、麦、大豆油<br>こめ、調合油、砂糖  | にんじん、ごぼう、よもぎ、しいたけ、ねぎ<br>しいたけ、にんじん、たけのこ、ごぼう、こんにゃく  | 豚肉、鶏肉、りんご<br>大豆、鶏肉、小麦                    |
| 30 | 火  | 魚の和風アーサマヨ焼き<br>島野菜炒め<br>(中)さつまポテト<br>ごはん<br>マーボーへちま<br>春雨の中華和え<br>冷凍みかん             | スゲソウタラ、アーサ<br>ぶたにく、あつあげ(大豆)、チキアギ(大豆)<br>たまご、豆乳(大豆)<br>とりにく<br>とうふ(大豆)、ぶたにく、豚レバー、大豆、みそ<br>(大豆)<br>とりにく、さきみ                 | 三温糖、卵なしマヨネーズ(大豆)、ごま<br>大豆油<br>さつまいも、砂糖、なたね油、大豆油、水あめ<br>こめ<br>三温糖、てんぷん、ごま油、大豆油<br>はるさめ、ごま、三温糖、ごま油 | 玉ねぎ、にんじん、ピーマン、しめじ、マッシュルー<br>ム、ウージパウダー、にんにく、トマト<br>からしな、にんじん、玉ねぎ、キャベツ<br>どうがん、へちま、にんじん、玉<br>ねぎ、たけのこ、長ねぎ、さくらげ、にんにく、しょうが<br>だいこん、きゅうり、コーン、シークワーサー果汁<br>みかん | 小麦、大豆、ごま、豚肉、鶏肉、<br>りんご                   |