

令和8年1月 食品詳細献立表

豊見城市学校給食センター  
電話(098) 850-4585

表示義務(特定原材料)7品目		※材料・天候・その他により献立を変更する場合があります。詳細な情報を知りたい方は、給食センターまでご連絡ください。 ※食材や調味料等について、( ) 内にアレルギー食材の記載しています。 ※使用頻度の高いしょうゆ(小麦・大豆)、料理酒(小麦)、酢(小麦)、アレルゲンを含まない調味料についてはアレルゲン表示を含め記載を省略しています。 ※アーサ・もずくの養殖場には、ヨコエビ類(食物アレルギー表示外)が生息しています。 ※カワハギ、海藻類、小魚類はえび、かにが混ざる漁法・生息域で捕獲されています。 ※給食で使用しているかまぼこ等の練り製品は卵抜きを使用しています。卵入りを使用する際は、下記の表に記載します。 ※大量調理を行うため、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。 ※給食で使用しているでん粉の原料はじゃがいもを記載しています。 その他の食材由来のでん粉を使用する際には、下記の表に記載します。
卵、乳、小麦、落花生(ピーナッツ)、えび、そば、かに		
その他		
大豆、さけ、さば、いか、いくら、オレンジ、キウイ、バナナ、もも、りんご、山芋		
くるみ、カシューナッツ、ごま、パイン、マンゴー、メロン、アーモンド、まぐろ、牛肉		

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	栄養価(8訂)	
							P=タンパク質 小	F=脂質 中
6	火	 桜ちらし寿司	油揚げ	こめ、植物油脂	にんじん、たけのこ、れんこん、かんぴょう	チキンエキス(鶏)	E 550 Kcal P 23 g F 11 g	647 Kcal 26 g 12 g
		お雑煮 紅白なます お祝いデザート	鶏肉 豆乳	白玉もち ごま 植物油脂、水あめ	小松菜、大根、白菜、干しいたけ にんじん、大根 だいだい果汁			
7	水	 ナージュシー(菜雑炊) かぼちゃの旨煮 さつまスライス 黒糖蒸しケーキ	鶏肉 豚肉、厚揚げ(大豆) 牛乳	こめ、大麦、大豆油 じゃがいも、大豆油 さつまいも、大豆油 小麦粉、黒糖	大根、にんじん、小松菜、干しいたけ にんにく、しょうが、かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、こんにゃく さつまいも、大豆油 小麦粉、黒糖	ポーク(豚、鶏)	E 532 Kcal P 26 g F 16 g	586 Kcal 29 g 17 g
		ごはん 中華つくねスープ	中華風つくね(小麦、ごま、大豆、鶏肉、豚)	こめ	にんじん、もやし、たけのこ、干しいたけ、長ねぎ きゅうり、にんじん たまねぎ、キャベツ、にんじん、もやし、たけのこ	ポーク(豚、鶏)	E 665 Kcal P 21 g F 24 g	766 Kcal 24 g 26 g
9	金	 ごはん トマトチキンカレー(黒糖入り) 杏仁フルーツポンチ	鶏肉、鶏レバー 豆乳ゼリー(大豆)	じゃがいも、乳無マーガリン(豚・大豆)、米粉、大豆油、黒糖	にんじん、たまねぎ、トマト、ブロッコリー、にんにく もも、ぶどう、パインアップル、西洋なし、さくらんぼ、アロエ、シークワーサー果汁	チャツネ(りんご)	E 598 Kcal P 21 g F 14 g	748 Kcal 24 g 16 g
13	火	 わかめごはん 筑前煮 ぜんざい	わかめ 鶏肉 金時豆	こめ 里芋、大豆油 白玉もち、黒糖	にんじん、ごぼう、たけのこ、こんにゃく、干しいたけ、大根、えだ豆	ポーク(豚、鶏)	E 591 Kcal P 24 g F 11 g	705 Kcal 28 g 12 g
14	水	 コッペパン チリドッグ 冬野菜のクリーム煮 型抜きチーズ	脱脂粉乳 無塩せきウインナー(小麦・牛・豚)、ひよこ豆 えんどう豆 赤インゲン豆 鶏肉、白花豆 白いんげん豆、豆乳 ナチュラルチーズ(乳)	小麦粉、ショートニング 大豆油 大豆油、じゃがいも、米粉、乳無マーガリン	大豆由来成分 ミートソース(小麦・牛・豚・大豆)、サルサポモドーロ(大豆・鶏) チキン(鶏)		E 607 Kcal P 28 g F 22 g	678 Kcal 31 g 23 g
15	木	 ごはん キムチチーズ肉じゃが いわしのみぞれ煮 ヨーグルトクレープ	豚肉、油揚げ(大豆)、チーズ いわし 豆乳、大豆粉	こめ 大豆油、じゃがいも でん粉 米粉、でん粉、植物油、水あめ、ベーキングパウダー	にんにく、にんじん、たまねぎ、えだ豆、こんにゃく、白菜キムチ(小麦・りんご・大豆・さば) 大根 レモン果汁		E 735 Kcal P 29 g F 25 g	898 Kcal 34 g 23 g
16	金	 沖縄そば(個食麺) 沖縄(野菜)そば(具&汁) シムクジアンダーギー ちんすこう	豚肉、かまぼこ 鶏肉、鶏レバー 小麦粉、植物油脂	大豆油 紅芋、でん粉、マッシュポテト、大豆油 小麦粉、ラード(豚)、ベーキングパウ	キャベツ、たまねぎ、もやし、にんじん、ねぎ、しょうが 冷凍ガラポーク(豚)、ポーク(豚、鶏)		E 620 Kcal P 28 g F 19 g	687 Kcal 32 g 20 g
19	月	 ごはん きんぴらのカレー風味 ゆし豆腐 バナナ	豚肉、油揚げ(大豆) ゆし豆腐	こめ 大豆油、白ごま	ごぼう、こんにゃく、にんじん ねぎ バナナ	チキン(鶏) ポーク(豚、鶏)	E 624 Kcal P 24 g F 14 g	723 Kcal 28 g 15 g
20	火	 キムタクごはん(ゆたか小、上田小、長嶺小、とよみ小) 鶏ごはん(上記以外の学校) スルルーの青のり揚げ 鶏シブイ汁	豚肉 鶏肉 きびなご、青のり 鶏肉	こめ、大豆油、ごま油 こめ、植物油脂 米粉、でん粉、大豆油	にんじん、きくらげ、白菜、白菜キムチ(小麦・りんご・大豆・さば)、千切りたくあん、えだ豆 ごぼう、にんじん、しいたけ 冬瓜、長ねぎ、小松菜、にんじん、木くらげ、えのき、しょうが	キムチ味(りんご、大豆)、ポーク(豚、鶏) チキンエキス(鶏)	E 565 Kcal P 32 g F 17 g	624 Kcal 28 g 16 g
21	水	 きなこ揚げパン (ゆたか小、上田小、長嶺小、とよみ小) コッペパン(上記以外の学校) グラムチャウダー ピーンズサラダ いちごジャム	脱脂粉乳、きな粉 脱脂粉乳 あざり、鶏肉、豆乳 ひよこ豆 えんどう豆 赤インゲン豆、白いんげん豆、ツナ	小麦粉、ショートニング、大豆油 黒糖 小麦粉、ショートニング じゃがいも、大豆油、米粉、乳なしマーガリン(豚・大豆) 卵なしマヨネーズ 水あめ	大豆由来成分 大豆由来成分 にんじん、たまねぎ、白菜、にんにく えだ豆、にんじん、きゅうり、大根、キャベツ、コーン いちご果汁、りんご果汁		E 687 Kcal P 27 g F 24 g	694 Kcal 28 g 22 g
22	木	 ごはん イナムドゥチ マーミナーチャンプルー 味付けもずく	豚肉、かまぼこ、みそ 豚肉、かまぼこ、豆腐、糸けずり もずく	こめ 大豆油	干しいたけ、こんにゃく にんじん、キャベツ、もやし、小松菜、にんにく シークワーサー果汁	ポーク(豚、鶏)	E 542 Kcal P 28 g F 15 g	682 Kcal 33 g 17 g
23	金	 ごはん トマト麻婆豆腐 チンゲン菜の中華サラダ いちごプリン	豚肉、鶏レバー、みそ、高野豆腐、豆腐 ツナ	こめ ごま油、でん粉 春雨、ごま油 水あめ、植物油脂	にんじん、たまねぎ、トマト、たけのこ、干しいたけ、にら、しょうが、にんにく チンゲン菜、にんじん いちご果汁	マーボー豆腐の素(かきエキス、小麦、大豆、牛肉、豚肉、ゼラチン、ごま)オイスターソース(カキ、はたて)チキンブイヨン(鶏)、ソノダ(小麦、大豆、ごま)口	E 565 Kcal P 21 g F 13 g	701 Kcal 25 g 14 g
26	月	 ごはん のっぺい汁 チキン南蛮 タルタルソース きんかん	鶏肉 鶏肉 チキン南蛮(鶏・大豆・小麦・乳) 大豆粉	こめ 里芋、でん粉 大豆油、でん粉 水あめ、植物油脂	大根、にんじん、こんにゃく、長ねぎ、干しいたけ ビクルス、乾燥たまねぎ、レモン果汁、こんにゃく粉、パセリ きんかん	チキン(鶏)	E 649 Kcal P 26 g F 22 g	741 Kcal 28 g 23 g
27	火	 ごはん アーサ汁 タコスミート スライスチーズ	アーサ、豆腐 豚肉、大豆、高野豆腐(大豆) ナチュラルチーズ(乳)	こめ 大豆油	冬瓜、しょうが にんじん、たまねぎ、ピーマン、トマト、にんにく	クッキング(豚)、ポークブイヨン(豚・鶏)	E 565 Kcal P 29 g F 17 g	699 Kcal 35 g 18 g
28	水	 ごはん 豚肉の生姜焼き 白菜スープ もものタルト	豚肉、みそ 鶏肉 豆乳、大豆粉	こめ 大豆油 米粉、ショートニング、コンフラワー、水あめ	にんにく、しょうが、たまねぎ、にんじん、もやし、たけのこ 白菜、さんとうさい、にんじん、干しいたけ、長ねぎ ももピューレー、こんにゃく	リンゴピューレー(りんご) チキン(鶏)	E 649 Kcal P 26 g F 20 g	752 Kcal 30 g 22 g
29	木	 ごはん もずくと玉子のみそ汁 チキナーチャンプルー オレンジ1/4	もずく、たまご、みそ 豚肉、豆腐、ツナ	こめ 大豆油	とうがん、えのき、にんじん にんにく、にんじん、からしな、キャベツ、もやし オレンジ		E 531 Kcal P 24 g F 13 g	629 Kcal 28 g 14 g
30	金	 ごはん ねぎ塩豚丼 生姜入り具だくさんみそ汁 ヨーグルト	豚肉 鶏肉、油揚げ(大豆) 脱脂粉乳、全粉乳、ゼラチン	こめ 大豆油、でん粉、ごま油 さといも、ごま油	にんにく、にんじん、たまねぎ、キャベツ、長ねぎ、レモン果汁 にんじん、大根、えのき、長ねぎ、しょうが 寒天		E 590 Kcal P 29 g F 15 g	728 Kcal 33 g 17 g