

令和8年10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)8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)、アレルギーを含まない調味料についてはアレルギー表示を含め記載を省略しています。
えび、落花生(ピーナッツ)、かに、くるみ、小麦、そば、卵、乳		※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。
その他		※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て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てん粉を使用する際には、下記の表に記載します。
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、ごま、さけ さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、マカダミアナッツ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン		

								栄養価(8訂)		E=エネルギー		P=タンパク質		F=脂質			
日	曜日	こ ン ダ テ		(あか) おもに体をつくるものになる食品	(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のになる食品	調味料		栄 養 価								
										小		中					
1	木		コッペパン(その他の学校)	脱脂粉乳(乳)	ショートニング、小麦粉			大豆由来成分		E 514 Kcal	583 Kcal						
			ココア揚げパン (ゆたか小・上田小・長嶺小・とよみ小)	脱脂粉乳(乳)、きなこ	ショートニング、小麦粉、黒糖 ココア(大豆)、大豆油			大豆由来成分	P 21 g	24 g							
			ミネストローネ	無塩せきベーコン(豚)、豚肉	大豆油、じゃがいも ABCマカロニ(小麦)	にんにく、にんじん、キャベツ、トマト	チキンブイヨン(鶏) ポークブイヨン(豚、鶏)	F 19 g	21 g								
			人参とツナのサラダ	ツナ	卵なしマヨネーズ(大豆) オリーブ油	ブロッコリー、にんじん、ごぼう きゅうり、コーン											
2	金		ごはん		こめ					E 615 Kcal	733 Kcal						
			鶏と大根の春雨煮	鶏肉、厚揚げ(大豆)	はるさめ、大豆油	大根、にんじん、白菜、小松菜	ポークブイヨン(豚、鶏)	P 21 g	24 g								
			納豆みそ	納豆、みそ、ツナ	大豆油	にんにく、しょうが		F 12 g	13 g								
			黒糖みたらし団子		もち米粉、黒糖、でん粉	長ねぎ、しょうが											
5	月		ごはん		こめ					E 531 Kcal	629 Kcal						
			じゃがいももち入りスープ	鶏肉	じゃがいも、でん粉	大根、にんじん、えのき、長ねぎ	ポークブイヨン(豚、鶏)	P 24 g	28 g								
			厚揚げの鶏そぼろ炒め	鶏肉、厚揚げ(大豆)	大豆油、でん粉	にんにく、しょうが、にんじん たまねぎ、えだ豆、れんこん	ポークブイヨン(豚、鶏)	F 13 g	14 g								
6	火		ごはん		こめ					E 500 Kcal	598 Kcal						
			肉団子スープ	肉団子(小麦・大豆・鶏肉) 寒天		大根、たけのこ、にんじん、長ねぎ		P 25 g	29 g								
			豚キムチ	豚肉、油揚げ(大豆)	大豆油	にんじん、たまねぎ、白菜、きくらげ 白菜キムチ(小麦・りんご・大豆 ・さば)、小松菜、こんにゃく		F 12 g	13 g								
7	水		コッペパン	脱脂粉乳(乳)	ショートニング、小麦粉			大豆由来成分		E 575 Kcal	665 Kcal						
			チキンのクリーム煮	鶏肉、白花生、白いんげん豆	じゃがいも、マカロニ(小麦)、米粉 乳無マーガリン(豚・大豆) 大豆油	マッシュルーム、にんじん、白菜 たまねぎ、にんにく	チキンブイヨン(鶏)	P 28 g	32 g								
			照焼パティ	鶏肉、大豆	パン粉、小麦粉、水あめ、でん粉 コーンスターチ	ソテーオニオン、たまねぎ、りんご		F 17 g	20 g								
8	木		ごはん		こめ					E 494 Kcal	586 Kcal						
			豆乳みそ汁	鶏肉、みそ、豆乳		白菜、にんじん、大根、しめじ、ねぎ		P 22 g	26 g								
			豚しゃぶサラダ	豚肉	ねりごま、白ごま	もやし、きゅうり、キャベツ、にんじん 梅、りんご		F 11 g	12 g								
			お魚ふりかけ	さば、いわし、かつお、のり	ごま、水あめ、マッシュポテト、でん粉	かぼちゃ											
9	金		ごはん		こめ					E 506 Kcal	602 Kcal						
			中華風コンスープ	鶏肉	でん粉、ごま油	にんじん、大根、長ねぎ、コーン にんにく	ポークブイヨン(豚、鶏) チキンブイヨン(鶏)	P 22 g	26 g								
			焼肉丼	牛肉、豚肉、みそ	大豆油	にんにく、しょうが、たまねぎ にんじん、こんにゃく、エリンギ ピーマン、りんご		F 11 g	12 g								
15	木		ごはん		こめ					E 579 Kcal	730 Kcal						
			ポークカレー	豚肉、豚レバー	じゃがいも、米粉、大豆油、黒糖 乳無マーガリン(豚・大豆)	にんじん、たまねぎ、ブロッコリー にんにく	チャツネ(りんご)	P 19 g	23 g								
			フルーツ杏仁		杏仁豆腐(乳・大豆) りんごゼリー(りんご)	みかん、もも		F 12 g	14 g								
16	金		ごはん		こめ					E 544 Kcal	640 Kcal						
			中身汁	豚肉、中身		干しいたけ、こんにゃく、しょうが	ポークブイヨン(豚、鶏)	P 26 g	30 g								
			デークニイリチー	豚肉、かまぼこ	大豆油	にんにく、大根、にんじん、からしな オレンジ		F 15 g	17 g								
			オレンジ														
19	月		スパゲティナポリタン	豚肉、ウインナー(鶏・豚)	スパゲッティ(小麦)、大豆油	にんじん、たまねぎ、マッシュルーム ピーマン、トマト、にんにく				E 589 Kcal	705 Kcal						
			レモンサラダ	ちくわ	オリーブ油	にんじん、キャベツ、きゅうり、コーン レモン果汁		P 21 g	25 g								
			かぼちゃ挽肉フライ	豚肉、大豆	でん粉、パン粉、小麦粉大豆油	かぼちゃ、たまねぎ、りんご		F 24 g	28 g								
20	火		ごはん		こめ					E 549 Kcal	653 Kcal						
			マーボー大根	豚肉、鶏肉、牛肉、鶏レバー 高野豆腐(大豆)、とうふ、みそ	ごま油、大豆油、でん粉	大根、にんじん、たまねぎ、たけのこ しいたけ、にら、しょうが	麻婆豆腐の素(カキエクス、小麦、大豆、牛、豚、ゼラチン、ごま、とうもろこしでん粉)、オイスターソース(カキエクス、ほたてエクス)、ポークブイヨン(豚、鶏)	P 22 g	26 g								
								F 14 g	15 g								
			ささみのナムル	とりささみ	春雨、ごま油、白ごま	きゅうり、もやし、にんじん											
21	水		ごはん		こめ					E 509 Kcal	604 Kcal						
			里芋のみそ汁	豆腐、みそ	さといも	たまねぎ、にんじん、えのき、ねぎ		P 22 g	25 g								
			ひじきのそぼろ炒め	豚肉、ひじき、大豆、油揚げ(大豆)	大豆油	にんじん、絹さや、こんにゃく		F 12 g	13 g								
			炊き込みごはん (下記以外の学校)	鶏肉、油揚げ(大豆)、大豆	こめ、植物油脂	ごぼう、たけのこ、こんにゃく にんじん、干しいたけ	カキエクス、チキンエクス	E 569 Kcal	712 Kcal								
22	木		栗おこわ (ゆたか小・上田小・長嶺小・とよみ小)	鶏肉	こめ、もち米、くり、大豆油	たけのこ、ごぼう、にんじん えだ豆		ポークブイヨン(豚、鶏)		P 23 g	28 g						
			きのこ汁	豚肉	さつまいも	しめじ、長ねぎ、にんじん、えのき		F 17 g	21 g								
			ミンチカツ	鶏肉、豚肉	大豆油、パン粉(小麦)、でん粉 米粉	たまねぎ、にんじん、えだ豆、しょうが とうもろこし、キャベツ											
23	金		ごはん		こめ					E 536 Kcal	629 Kcal						
			豚肉のしらたき炒め	豚肉、厚揚げ(大豆)	大豆油	にんにく、こんにゃく、たまねぎ にんじん、白菜、小松菜	ポークブイヨン(豚、鶏)	P 25 g	28 g								
			いわし梅煮	いわし、かつお節	水あめ、でん粉	梅肉		F 14 g	15 g								
26	月		パーカーハウスパン	脱脂粉乳(乳)	ショートニング、小麦粉			大豆由来成分		E 537 Kcal	659 Kcal						
			にんじんスープ	鶏肉、白花生、白いんげん豆	じゃがいも、大豆油、米粉 乳無マーガリン(豚・大豆)	たまねぎ、にんじん、パセリ、にんにく	チキンブイヨン(鶏)、野菜ブイヨン	P 23 g	29 g								
			白身魚フライ	すけそうだら	大豆油、パン粉(小麦)、小麦粉 水あめ、でん粉、米粉、植物油脂			F 18 g	23 g								
			タルタルソース	大豆	植物油脂、水あめ	ビクルス、たまねぎ、レモン果汁 こんにゃく、パセリ											
27	火		ごはん		こめ					E 587 Kcal	699 Kcal						
			ニラ玉スープ	鶏肉、たまご	でん粉	にんじん、コーン、にら	チキンブイヨン(鶏)	P 26 g	30 g								
			ミートボールの酢豚風	中華風つくね(小麦、ごま、大豆、鶏肉、肉、かた、豚肉)、厚揚げ(大豆)	大豆油、でん粉、ごま油	にんじん、たまねぎ、干しいたけ 木くらげ、たけのこ、ピーマン	チキンブイヨン(鶏)、オイスターソース(カキエクス、ほたてエクス)	F 18 g	20 g								
28	水		ごはん		こめ					E 518 Kcal	619 Kcal						
			秋野菜の豚汁	豚肉、とうふ、みそ	さつまいも、さといも	にんじん、れんこん、長ねぎ 干しいたけ		P 23 g	27 g								
			カレーおから	おから、豚肉	大豆油	にんじん、たまねぎ、もやし、えだ豆		F 11 g	12 g								
29	木		ごはん		こめ					E 550 Kcal	657 Kcal						
			かぼちゃのみそ汁	鶏肉、油揚げ(大豆)、みそ		かぼちゃ、えのき、小松菜		P 26 g	31 g								
			厚揚げとなすの肉みそ炒め	豚肉、鶏レバー、厚揚げ(大豆) 大豆、みそ	大豆油、でん粉	にんにく、にんじん、グリーンピース なす		F 14 g	15 g								
30	金		ごはん		こめ					E 599 Kcal	707 Kcal						
			汁ビーフン	鶏肉	ビーフン	にんじん、キャベツ、たけのこ 干しいたけ、チンゲン菜	ポークブイヨン(豚、鶏)	P 30 g	36 g								
			肉そぼろ	豚肉、鶏肉、牛肉、鶏レバー、大豆 高野豆腐(大豆)	大豆油	コーン、にんじん、たまねぎ、えだ豆 しょうが		F 15 g	16 g								
			パンフキンパバロア	豆乳	水あめ、植物油脂	かぼちゃ											