令和8年10月　献立表（食材別アレルギー）



恩納村学校給食センター　966-8515

※「詳細献立表には、使用する食材と、アレルギー表示義務のある8品目及び下記の品目について表示しています。

表示義務（特定原材料）8品目	その他
えび　カシューナッツ　かに　くるみ　小麦　そば 卵　乳　落花生	アーモンド　あわび　いか　いくら　オレンジ　キーウイフルーツ　牛肉　ごま　さけ　さば　大豆　鶏肉　バナナ　ピスタチオ 豚肉　マカダミアナッツ　もも　やまいも　りんご　ゼラチン

※詳しい情報が必要な方、または不明な点がある場合は、給食室（給食センターまでお問い合わせください。
※給食を食べる前に、必ず内容を確認してください。
※きびなご・カエリ・しらす・チリメン・ししゃも・小いわし・小あじ・もずく・アーサには甲殻類などを
　捕食又は混入している場合があります。
※かまぼこやちくわなどの水産練り製品は卵不使用の製品を使用しております。
※オイスターソースにはカキエキスが含まれております。
※エッグケアマヨネーズには卵は使用されておりません。
※揚げ油は数回にわたり使用しております。

		献立名	食品材料名
1 木	牛乳	もちきびごはん	米　もちきび
		もずくと大根の汁	もずく　大根　人参　えのき　ねぎ　おろし生姜　塩　醤油(小麦・大豆)　みりん　花かつお
		ひじき卵焼き	ひじき　豆腐(大豆)　たまご　ツナ　小松菜　人参　醤油(小麦・大豆)　みりん　花かつお
		グンボーイリチー	豚肉　ごぼう　人参　にら　おろし生姜　こんにゃく　チキアギ　白みそ(大豆)　みりん　三温糖　料理酒　サラダ油　花かつお
2 金	牛乳	コーンピラフ	米　玉ねぎ　人参　コーン　あお豆(大豆)　ベーコン(豚肉)　おろしにんにく　冷凍チキンブイヨン(鶏肉)　塩　こしょう 醤油(小麦・大豆)　サラダ油
		ヌードルスープ	スパゲティ(小麦)　鶏肉　玉ねぎ　キャベツ　人参　パセリ粉　塩　醤油(小麦・大豆)　こしょう　レトルトチキンブイヨン(鶏肉)　冷凍豚がら(豚肉) ローリエ
		かぼちゃグラタン	国産かぼちゃグラタン(大豆)
		ミニトマト	ミニトマト
5 月	牛乳	塩豚丼	麦ごはん
			豚肉　おろしにんにく　塩　料理酒　キャベツ　玉ねぎ　人参　小松菜　長ねぎ　もやし　油揚げ(大豆)　ごま油　花かつお　醤油(小麦・大豆)　こしょう かたくり粉　白ごま
		つみれ汁	とびうおボール　人参　大根　ごぼう　ねぎ　醤油(小麦・大豆)　塩　料理酒　みりん　花かつお
		くだもの	青切りみかん(予定)
6 火	牛乳	麦ごはん	米　麦
		うちなーみそ汁	豚肉　山東菜　じゃが芋　人参　えのき　たまご　赤みそ(大豆)　白みそ(大豆)　花かつお
		ちくわのウッチン焼き	ちくわ　エッグケアマヨネーズ(大豆)　うこん粉　醤油(小麦・大豆)
		タマナーちゃんぷるー	キャベツ　人参　もやし　豆腐(大豆)　豚肉　チキアギ　糸けずり　塩　こしょう　醤油(小麦・大豆)　サラダ油
7 水	牛乳	揚げパン	コッペパン(小麦・乳・大豆)　揚げ油①　三温糖　きな粉(大豆)　はったい粉
		パパイヤのトマト煮	鶏肉　パパイヤ　人参　玉ねぎ　じゃが芋　ブロッコリー　大豆　ケチャップ　トマトダイス　トマトジュース　おろしにんにく　こしょう　赤ワイン 醤油(小麦・大豆)　三温糖　ウスターソース　レトルトチキンブイヨン(鶏肉)　サラダ油　塩　コーンスターチ
		ささみとナッツのサラダ	鶏ささみ　細切りアーモンド　キャベツ　きゅうり　人参　コーン　コールスロードレッシング(卵・大豆)　三温糖　塩　カレー粉
8 木	牛乳	クファジューシー	米　豚肉　チキアギ　しいたけ　ひじき　こんにゃく　人参　醤油(小麦・大豆)　みりん　塩　ラード　花かつお　レトルトポークブイヨン(鶏肉・豚肉)
		冬瓜のそぼろ汁	鶏ひき肉　サラダ油　玉ねぎ　人参　冬瓜　アーサ　おろし生姜　料理酒　塩　みりん　醤油(小麦・大豆)　かたくり粉　花かつお　だし昆布
		さばの黒糖生姜焼き	さば　おろし生姜　醤油(小麦・大豆)　粉黒糖　はちみつ　みりん　料理酒
		くだもの	ネーブル(予定)
9 金		ジョア	ジョアブルーベリー味(乳)
		チキンカレーライス	米　麦
			鶏肉　じゃが芋　人参　玉ねぎ　ピーマン　おろしにんにく　小麦粉　こめ油　カレー粉　カレールウ(小麦・大豆・牛肉・鶏肉)　チャツネ(りんご) ウスターソース　デミグラスソース(小麦・鶏肉)　りんごピューレ(りんご)　塩　乳不使用マーガリン(大豆)　冷凍チキンブイヨン(鶏肉)
		ゆでたまご	卵
		ハニーレモンサラダ	大根　きゅうり　人参　レモン果汁　はちみつ　塩
13 火	牛乳	中華おこわ	米　もち米　人参　しいたけ　豚肉　たけのこ　きくらげ　あお豆(大豆)　おろしにんにく　おろし生姜　料理酒　醤油(小麦・大豆)　塩 オイスターソース(大豆)　塩　花かつお　レトルトチキンブイヨン(鶏肉)　サラダ油　ごま油
		春雨スープ	春雨　ハム(豚肉・大豆)　人参　小松菜　白菜　長ねぎ　卵　醤油(小麦・大豆)　塩　かたくり粉　冷凍チキンがら(鶏肉)　花かつお
		ショーロンポー	ショーロンポー(ごま・大豆・小麦・豚肉)
		くだもの	ネーブル(予定)
14 水	牛乳	仲良しパン	仲良しパン(小麦・乳・大豆)
		キャベツのクリーム煮	鶏肉　キャベツ　じゃが芋　人参　玉ねぎ　コーン　マッシュルーム　おろしにんにく　脱脂粉乳(乳)　ホワイトルウ(小麦・大豆・乳・牛肉・鶏肉) 小麦粉　こめ油　塩　こしょう　冷凍チキンブイヨン(鶏肉)　乳不使用マーガリン(大豆)
		トマトミートオムレツ	トマトミートオムレツ(卵・大豆・鶏肉)
		白菜とりんごのサラダ	白菜　りんご　きゅうり　人参　パイン缶　フレンチクリーミードレッシング　イタリアンドレッシング(卵・小麦・大豆・豚肉・りんご)　塩　三温糖
15 木	牛乳	麦ごはん	米　麦
		デークニンブシー	大根　豆腐(大豆)　豚肉　人参　小松菜　おろし生姜　白みそ(大豆)　塩　みりん　三温糖　花かつお　サラダ油
		さばの和風あんかけ	さば　料理酒　しめじ　えのき　人参　玉ねぎ　ねぎ　醤油(小麦・大豆)　みりん　三温糖　塩　かたくり粉　花かつお
		恩納村もずくの佃煮	もずく　醤油(小麦・大豆)　三温糖　みりん　おろし生姜　水あめ　糸けずり
16 金	牛乳	黒米ごはん	米　黒米
		イナムドゥチ	豚三枚肉　豚肉　黄かまぼこ　ねぎ　しいたけ　こんにゃく　甘口白みそ(大豆)　花かつお　レトルトポークブイヨン(豚肉・鶏肉)
		スンシー入りいりちー	スンシー　切り干し大根　刻み昆布　人参　豚肉　白かまぼこ　こんにゃく　醤油(小麦・大豆)　三温糖　みりん　料理酒　サラダ油　花かつお
		うじら豆腐	豆腐(大豆)　魚すり身(大豆)　卵　にら　ひじき　あお豆(大豆)　人参　醤油(小麦・大豆)　三温糖　塩　かたくり粉　揚げ油②
19 月	牛乳	麦ごはん	米　麦
		恩納のみそ汁	豚肉　もずく　豆腐(大豆)　なす　ねぎ　赤みそ(大豆)　白みそ(大豆)　花かつお
		県産まぐろのから揚げ	まぐろ　おろしにんにく　おろし生姜　料理酒　三温糖　みりん　醤油(小麦・大豆)　はちみつ　小麦粉　かたくり粉　揚げ油③
		小松菜の和え物	小松菜　きゅうり　もやし　人参　ツナ　醤油(小麦・大豆)　酢(小麦)　三温糖　すりごま　ねりごま　ごま油　塩
20 火	牛乳	オムライス	米　麦　鶏肉　人参　玉ねぎ　コーン　塩　あお豆(大豆)　醤油(小麦・大豆)　ウスターソース　おろしにんにく　ケチャップ　サラダ油 レトルトチキンブイヨン(鶏肉)
			オムライスシート(卵・大豆・小麦)　ーロケチャップ
		ヘルネケイット	鶏肉　ベーコン(豚肉)　裏ごしグリーンピース　じゃが芋　人参　玉ねぎ　おろしにんにく　コーン　白いんげんペースト　小麦粉　こめ油 脱脂粉乳(乳)　冷凍チキンブイヨン(鶏肉)　塩　こしょう　乳不使用マーガリン(大豆)
		くだもの	梨(予定)
21 水	牛乳	麦ごはん	米　麦
		大根のすまし汁	大根　人参　えのき　わかめ　醤油(小麦・大豆)　料理酒　塩　花かつお　だし昆布
		肉野菜炒め	豚肉　おろしにんにく　醤油(小麦・大豆)　三温糖　みりん　人参　にら　キャベツ　もやし　厚揚げ(大豆)　ごま油
		いか天ぷら	イカ天ぷら小麦・卵・乳成分・いか・大豆)
		アンダンスー	ツナ　赤みそ(大豆)　白みそ(大豆)　三温糖　すりごま　料理酒　みりん
22 木	牛乳	きつねうどん	うどん(小麦)　豚肉　なると　人参　長ねぎ　小松菜　しいたけ　花かつお　醤油(小麦・大豆)　みりん　塩　油揚げ(大豆)　三温糖　料理酒
		ちゅら人参の蒸しケーキ	小麦粉　ベーキングパウダー　人参ペースト　卵　三温糖　乳不使用マーガリン(大豆)　豆乳(大豆)
		ごぼうとちくわのみそマヨ和え	ごぼう　人参　ひじき　コーン　ちくわ　甘口白みそ(大豆)　エッグケアマヨネーズ(大豆)　醤油(小麦・大豆)　酢(小麦)　三温糖　塩
		アーモンド	アーモンド
23 金	牛乳	青菜ごはん	米　麦　菜めしの素
		秋の吹き寄せ煮	鶏肉　人参　大根　さつま芋　小松菜　ごぼう　レンコン　里芋　こんにゃく　おろし生姜　厚揚げ(大豆)　しいたけ　醤油(小麦・大豆) みりん　料理酒　三温糖　塩　花かつお
		豆腐ハンバーグのきのこあんかけ	豆腐野菜ハンバーグ(大豆・小麦・牛肉・鶏肉)　人参　しめじ　えのき　玉ねぎ　醤油(小麦・大豆)　三温糖　みりん　塩　かたくり粉
		くだもの	ネーブル(予定)
26 月	牛乳	麦ごはん	米　麦
		あさりと春雨のスープ	春雨　あさり　人参　小松菜　わかめ　白菜　醤油(小麦・大豆)　塩　かたくり粉　冷凍チキンがら(鶏肉)　花かつお
		ごぼうパオシュウ	ごぼうパオシュウ(小麦・鶏肉・大豆)
		豚肉と野菜のオイスターソース炒め	豚肉　キャベツ　にんにくの芽　おろしにんにく　たけのこ　人参　もやし　オイスターソース(大豆)　醤油(小麦・大豆)　三温糖　塩　豆板醤 ごま油　サラダ油　かたくり粉
27 火	牛乳	鶏ごぼうごはん	米　麦　鶏肉　ごぼう　人参　こんにゃく　油揚げ(大豆)　あお豆(大豆)　塩　醤油(小麦・大豆)　料理酒　みりん　サラダ油　花かつお
		きのこのみそ汁	鶏肉　しめじ　えのき　人参　玉ねぎ　大根　絹ごし豆腐（大豆）　赤みそ(大豆)　白みそ(大豆)　花かつお
		きびなごのから揚げ	きびなご　塩　小麦粉　かたくり粉　揚げ油④
		くだもの	青切りみかん(予定)
28 水	牛乳	和風スパゲティ	スパゲティ(小麦)　ベーコン(豚肉)　しめじ　しいたけ　玉ねぎ　人参　キャベツ　小松菜　おろしにんにく　醤油(小麦・大豆)　塩　こしょう 冷凍チキンブイヨン(鶏肉)　こめ油　オリーブ油
		ささみチーズ焼き	ささみチーズ焼き(乳・小麦・鶏肉・大豆)
		2色芋のサラダ	さつま芋　紅芋　きゅうり　人参　コーン　ねりごま　すりごま　エッグケアマヨネーズ(大豆)　醤油(小麦・大豆)　酢(小麦)　三温糖
29 木	牛乳	麦ごはん	米　麦
		みそ肉じゃが	豚肉　じゃが芋　人参　玉ねぎ　いんげん　糸こんにゃく　しいたけ　おろし生姜　麦みそ(大豆)　塩　醤油(小麦・大豆)　みりん　三温糖　料理酒 花かつお　サラダ油
		キャベツ入り平つくね	キャベツ入り平つくね(鶏肉・豚肉)
		大根のおかか和え	大根　きゅうり　人参　ちくわ　糸けずり　醤油(小麦・大豆)　酢(小麦)　三温糖　ごま油
30 金	牛乳	麦ごはん	米　麦
		フェジョアーダ	牛肉　豚肉　ウィンナー(豚肉()　おろしにんにく　こしょう　オリーブ油　ミックスビーンズ　大豆　じゃが芋　人参　玉ねぎ　塩 デミグラスソース(小麦・鶏肉)　ケチャップ　三温糖　冷凍豚がら(豚肉)　冷凍ポークブイヨン(豚肉)
		パステウ(小学校)	春巻きの皮(小麦)　豚ひき肉　おろしにんにく　玉ねぎ　塩　こしょう　チリパウダー　揚げ油②
		ポンゲテージョ(中学校)	ポン・デ・ミックス(小麦・乳)　卵　粉チーズ(乳)　サラダ油　揚げ油①
		ピーチゼリー	ピーチゼリー(もも)