令和8年12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
えび、落花生（ピーナッツ）、かに、くるみ、小麦、そば、卵、乳
その他
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

※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をしています。
※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。
※アサリ等の二枚貝にはカニが共生しており、小魚類はカニ・エビが混ざる漁法で捕獲されているため混入する可能性があります。
※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。

栄養価(8訂) | E=エネルギー | P=タンパク質 | F=脂質

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 小	栄養価 中
1	火	ごはん		こめ			E 643 Kcal	761 Kcal
		鶏じゃが	鶏肉,油揚げ(大豆)	大豆油,じゃがいも	にんにく,にんじん,たまねぎ,えだ豆,こんにゃく		P 28 g	32 g
		きびなごの南蛮漬け	きびなご	米粉,でん粉,大豆油	にんじん,たまねぎ,黄ピーマン,赤ピーマン		F 16 g	18 g
		ヨーグルト	脱脂粉乳(乳)、寒天,全乳紛(乳)	ゼラチン				
2	水	ごはん		こめ			E 571 Kcal	682 Kcal
		ワンタンスープ	鶏肉,わかめ、ワンタン(小麦、大豆、豚)		にんじん,えのき,長ねぎ,にんにく	チキンブイヨン(鶏)	P 22 g	25 g
		チャプチェ	豚肉	春雨,大豆油,ごま、ごま油	にんにく,しょうが,たけのこ,たまねぎ、にんじん,ピーマン,キャベツ,にら	ポークブイヨン(豚・鶏) オイスターソース(ホタテエキス・カキエキス)	F 18 g	20 g
3	木	ごはん		こめ			E 576 Kcal	712 Kcal
		タコライス	豚肉,大豆,高野豆腐(大豆)	大豆油	にんじん,たまねぎ,ピーマン,にんにく,トマト	ｸｯｷﾝｸﾞ ｿｰｽ(豚)、ポークブイヨン(豚・鶏)	P 30 g	35 g
		スライスチーズ	ナチュラルチーズ(乳)				F 17 g	19 g
		野菜スープ	鶏肉		冬瓜,キャベツ,にんじん,しめじ	チキンブイヨン(鶏)		
4	金	ごはん		こめ			E 603 Kcal	699 Kcal
		チムシンジ	豚肉,豚レバー,みそ	じゃがいも	島ニンジン,にら,にんにく		P 24 g	27 g
		ひじきの佃煮	ひじき,かつお節,高野豆腐(大豆)	ごま,水あめ	しそ		F 11 g	11 g
		バナナ			バナナ			
7	月	ごはん		こめ			E 543 Kcal	647 Kcal
		もずくのみそ汁	もずく,油揚げ(大豆),みそ	じゃがいも	えのき,にんじん,長ねぎ		P 22 g	26 g
		野菜チャンプルー	豚肉,かまぼこ,厚揚げ(大豆),かつお節	大豆油	にんじん,キャベツ,もやし,にら,にんにく		F 16 g	17 g
		高カルシウムお魚ふりかけ	さば、いわし、のり、かつお	ごま、水あめ、でん粉(とうもろこし) マッシュポテト	かぼちゃ			
8	火	ごはん		こめ			E 635 Kcal	756 Kcal
		塩ちゃんこ鍋	鶏肉,厚揚げ(大豆),がんもどき(大豆)		大根,にんじん,たまねぎ,しめじ,白菜 長ねぎ,しょうが	チキンブイヨン(鶏)	P 28 g	33 g
		さんまゆずみそ煮	さんま、みそ	米粉	ゆず		F 22 g	25 g
		国産抹茶プリン	豆乳(大豆)	植物油脂	抹茶			
9	水	ごはん		こめ			E 538 Kcal	637 Kcal
		鶏大根汁	鶏肉		大根,にんじん,えのき,小松菜 木くらげ,しょうが		P 26 g	30 g
		プルコギ風炒め	牛肉,寒天	大豆油,ごま油、ごま	にんにく,しょうが,にんじん,たけのこ もやし,キャベツ,赤ピーマン,にら	ポークブイヨン(豚・鶏)、コチジャン(大豆) オイスターソース(ホタテエキス・カキエキス)	F 13 g	14 g
					オレンジ			
10	木	きなこ揚げパン (豊崎小・座安小・豊見城小・伊良波小)	脱脂粉乳(乳)、きなこ(大豆)	ショートニング、小麦粉、大豆油、黒糖		大豆由来成分	E 658 Kcal	743 Kcal
		コッペパン(上記以外の学校)	脱脂粉乳(乳)	ショートニング、小麦粉		大豆由来成分	P 23 g	26 g
		コーンチャウダー	鶏肉,豆乳(大豆)	じゃがいも,大豆油,米粉 乳無マーガリン(豚・大豆)	にんにく,にんじん,たまねぎ,コーン	チキンブイヨン(鶏)	F 27 g	29 g
		かぼちゃサラダ	ツナ	卵なしマヨネーズ(大豆),大豆油	かぼちゃ,えだ豆,ブロッコリー,きゅうり			
		レーズンクリーム	脱脂粉乳(乳)、全紛乳(乳)	植物油脂、水あめ	レーズン	大豆		
11	金	ごはん		こめ			E 608 Kcal	718 Kcal
		とりだんご汁	中華風つくね(小麦、ごま、大豆、鶏肉、豚肉)		白菜,木くらげ,えのき,長ねぎ	チキンブイヨン(鶏)	P 27 g	31 g
		やさいのみそ炒め	豚肉、厚揚げ(大豆)、みそ	大豆油,でん粉,ごま油	にんにく,しょうが,キャベツ,ピーマン にんじん,たまねぎ,たけのこ	テンメンジャン(大豆)	F 20 g	22 g
		スティック納豆	納豆(大豆)、のり		梅肉			
14	月	ごはん		こめ			E 601 Kcal	697 Kcal
		煮つけ	豚肉,厚揚げ(大豆),昆布,かまぼこ	大豆油	こんにゃく,木くらげ,にんじん,大根,小松菜		P 25 g	28 g
		ひじき入り厚焼き玉子	卵、ひじき	でん粉、植物油脂	にんじん		F 15 g	16 g
		みかん			みかん			
15	火	麦ごはん		こめ,大麦			E 606 Kcal	746 Kcal
		スピナッチカレー	鶏肉,鶏レバー	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,かぼちゃ, ブロッコリー,ほうれんそう,にんにく	チャツネ(りんご)	P 19 g	23 g
		フルーツナタデココ			もも、ぶどう、パインアップル、洋なし、さくらんぼ,ナタデココ,シークヮーサー果汁、ぶどうゼリー		F 11 g	12 g
16	水	ごはん		こめ			E 680 Kcal	786 Kcal
		根菜のみそ汁	鶏肉,みそ	さといも	れんこん,にんじん,ごぼう,ねぎ		P 23 g	26 g
		チキナーチャンプルー	豚肉,厚揚げ(大豆),ツナ	大豆油	にんにく,にんじん,からしな, キャベツ、もやし		F 21 g	23 g
		ンムクジアンダーギー		紅芋、でん粉,乾燥マッシュポテト,大豆油				
17	木	ごはん		こめ			E 597 Kcal	700 Kcal
		魚ソーメン汁	鶏肉,魚そうめん,もずく		白菜,にんじん,えのき		P 25 g	28 g
		デークニンブシー	豚肉,厚揚げ(大豆)、みそ	大豆油	大根,にんじん,小松菜,こんにゃく	ポークブイヨン(豚・鶏)	F 15 g	17 g
		黒糖蒸しケーキ	牛乳	小麦粉、黒糖				
18	金	キムタクごはん (豊崎小・座安小・豊見城小・伊良波小)	豚肉	こめ,大豆油,ごま油	にんじん,木くらげ,白菜,千切り大根漬け 白菜キムチ(りんご、大豆、さば、小麦)、えだ豆	ポークブイヨン(豚・鶏) キムチ味(りんご・大豆)	E 661 Kcal P 24 g	849 Kcal 30 g
		とりごはん(上記以外の学校)	鶏肉	こめ、食物油脂	ごぼう、にんじん、しいたけ	チキンエキス(鶏)、小麦、大豆	F 24 g	31 g
		さつまいものみそ汁	鶏肉,みそ	さつまいも,じゃがいも	にんじん,えのき,小松菜			
		キャベツのメンチカツ	鶏肉、大豆、豚肉	豚脂、でん粉、植物油、米粉、大豆油	キャベツ、たまねぎ			
21	月	麦ごはん		こめ,大麦			E 580 Kcal	718 Kcal
		マーボー大根	豚肉,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(とうもろこしでん粉、かきエキス、大豆、牛肉、豚肉、ゼラチン、ごま、小麦) オイスターソース(ホタテエキス・カキエキス) ポークブイヨン(豚・鶏)	P 22 g F 16 g	26 g 18 g
		鶏ごまサラダ	鶏肉	ねりごま,ごま	もやし,きゅうり,キャベツ,にんじん シークワーサー果汁			
22	火	ﾄｩﾝｼﾞｰｼﾞｭｰｼｰ	豚肉	こめ,さつまいも	大根,にんじん,キャベツ,小松菜 しいたけ	ポークブイヨン(豚・鶏)	E 546 Kcal	662 Kcal
		じゃがいもと厚揚げの炒め煮	鶏肉,厚揚げ(大豆)	大豆油,じゃがいも,三温糖	にんにく,にんじん,たまねぎ,こんにゃく えだ豆		P 25 g F 21 g	29 g 26 g
		かぼちゃ挽肉フライ	豚肉、大豆	パン粉(小麦)、でん粉、豚脂、小麦粉 植物油脂、水あめ、大豆油	かぼちゃ、たまねぎ	小麦、大豆、豚肉、りんご		
		国産ゆずみかんゼリー			ゆず果汁、みかん			
23	水	ごはん		こめ			E 633 Kcal	761 Kcal
		豚肉のしたらき煮	豚肉,厚揚げ(大豆)	三温糖,大豆油	にんじん,白菜,小松菜,こんにゃく, 長ねぎ,にんにく,しょうが		P 26 g F 24 g	30 g 28 g
		いわし梅みそ煮	いわし、みそ	米粉	しそ、梅肉			
24	木	ごはん		こめ			E 570 Kcal	672 Kcal
		豚汁	豚肉,とうふ,みそ	じゃがいも,さといも	にんじん,大根,しいたけ,長ねぎ		P 24 g	28 g
		きんぴらのカレー風味	豚肉,油揚げ(大豆)	大豆油,ごま,ごま油	ごぼう,こんにゃく,にんじん	ポークブイヨン(豚・鶏)	F 13 g	15 g
		ミルメーク(ココア)		ココア		大豆由来成分		
25	金	バーガーパン	脱脂粉乳(乳)	小麦粉,ショートニング		大豆由来成分	E 677 Kcal	778 Kcal
		肉団子入りトマトスープ	ミートボール(鶏肉・豚肉・大豆),鶏肉	マカロニ(小麦)	にんにく,冬瓜,白菜,たまねぎ,トマト	チキンブイヨン(鶏)、コンソメ(大豆・牛)	P 28 g	32 g
		あおさ入りアジフライ	あじ、あおさ	パン粉(小麦)、植物油脂、でん粉、大豆油			F 27 g	30 g
		コールスローサラダ			キャベツ,きゅうり,コーン,にんじん			
		クリスマスケーキ	豆乳(大豆)	植物油、加工油脂、水あめ、米粉、 ココア、大豆、でん粉	こんにゃく			