令和8年11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、小魚類はエビ・カニ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
2	月	ごはん		こめ			E 544 Kcal	647 Kcal
		マーボーだいこん	豚肉,大豆,豆腐,みそ	大豆油,でん粉,ごま油	大根,にんじん,たまねぎ,たけのこ しいたけ,にら,しょうが	マーボー豆腐の素（ｶｷｴｷｽ,小麦,大豆 牛肉、豚肉、ｾﾞﾗﾁﾝ、ごま),オイスターｿｰｽ （ｶｷｴｷｽ、ﾎﾀﾃｴｷｽ),ﾎﾟｰｸﾌﾞｲﾖﾝ(鶏、豚)	P 22 g F 13 g	P 25 g F 15 g
		春雨のちゅうかサラダ	鶏肉	はるさめ,ごま油,ごま,大豆油	きゅうり,もやし,にんじん			
4	水	コッペパン（小学校）	脱脂粉乳	小麦粉,ｼｮｰﾄﾆﾝｸﾞ		大豆由来成分	E 562 Kcal	778 Kcal
		きな粉揚げパン（中学校）	脱脂粉乳,きなこ	小麦粉,ｼｮｰﾄﾆﾝｸﾞ,黒糖,大豆油		大豆由来成分	P 25 g	32 g
		白菜のクリーム煮	鶏肉,鶏レバー,白花豆,白いんげん豆 豆乳（大豆）	じゃがいも,大豆油,米粉,乳無しマーガリン （豚・大豆）	マッシュルーム,にんじん,たまねぎ,はくさい, えだ豆,にんにく	ﾁｷﾝﾌﾞｲﾖﾝ(鶏)	F 20 g	31 g
		トマトオムレツ	卵,鶏肉	大豆油,でん粉	たまねぎ,トマト			
5	木	ごはん		こめ			E 562 Kcal	671 Kcal
		アーサ入りゆし豆腐	ゆし豆腐,アーサ			ポークブイヨン(豚,鶏)	P 28 g	33 g
		フータシヤー	卵,ツナ,ポーク（豚・鶏）	麩(小麦),大豆油	にんじん,キャベツ,にら		F 17 g	19 g
6	金	麦ごはん		こめ,無圧ペン麦			E 549 Kcal	686 Kcal
		もずく丼	もずく,豚肉,鶏レバー	大豆油	たまねぎ,コーン,にんじんピーマン,しょうが		P 29 g	34 g
		かしわ汁	鶏肉,油揚げ（大豆）		にんじん,大根,長ねぎ,しいたけ	ﾁｷﾝﾌﾞｲﾖﾝ(鶏)	F 13 g	14 g
		ゴマなしミニフッシュ	カタクチイワシ	でん粉（とうもろこし）				
9	月	チキンライス	鶏肉	こめ,植物油脂	にんじん,コーン,たまねぎ	ポークエキス(豚・大豆),チキンエキス（鶏）	E Kcal	784 Kcal
		オムライス用卵焼き	卵	植物油（大豆),でん粉			P g	30 g
		ミニケチャップ			トマト,たまねぎ		F g	24 g
		キャベツスープ	鶏肉	ABCマカロニ（小麦粉）	キャベツ,にんじん,たまねぎ,しめじ,小松菜	ポークブイヨン(豚,鶏)		
		ツナポテトサラダ	ツナ	じゃがいも,卵なしマヨネーズ（大豆）	ブロッコリー,コーン,にんじん			
10	火	ごはん		こめ			E 619 Kcal	781 Kcal
		肉じゃが	豚肉,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,コンニャク		P 27 g	32 g
		さんまのみぞれ煮	さんま	でん粉	大根		F 19 g	22 g
11	水	コッペパン	脱脂粉乳	小麦粉,ｼｮｰﾄﾆﾝｸﾞ		大豆由来成分	E 562 Kcal	633 Kcal
		クラムチャウダー	あさり,鶏肉,豆乳（大豆）	じゃがいも,大豆油,米粉 乳無しマーガリン(大豆・豚)	にんじん,たまねぎ,はくさい,にんにく	ﾁｷﾝﾌﾞｲﾖﾝ(鶏)	P 27 g F 19 g	30 g 20 g
		ウインナーのチリソースかけ	ウインナー（小麦・牛・豚）	大豆油	たまねぎ,にんにく,トマト			
12	木	ごはん		こめ			E 508 Kcal	635 Kcal
		アーサ汁	アーサ,豆腐		大根,しょうが	ﾁｷﾝﾌﾞｲﾖﾝ(鶏)	P 23 g	27 g
		豚肉の生姜焼き	豚肉	大豆油	にんじん,たまねぎ,小松菜,コンニャク たけのこ,赤ピーマン,しょうが		F 11 g	11 g
		オレンジ			オレンジ			
13	金	麦ごはん		こめ,無圧ペン麦			E 597 Kcal	746 Kcal
		ポークカレー	豚肉,鶏レバー	じゃがいも,米粉,黒糖,大豆油 乳無しマーガリン（豚・大豆）	にんじん,たまねぎ,かぼちゃ,ブロッコリー にんにく	チャツネ（りんご）	P 23 g F 16 g	27 g 18 g
		大根サラダ	ツナ,わかめ		大根,きゅうり,にんじん,レモン果汁			
		チーズ	チーズ（乳）					
16	月	ごはん		こめ			E 607 Kcal	703 Kcal
		八宝菜	豚肉,なると,うずらの卵	大豆油,でん粉	にんにく,にんじん,たまねぎ,白菜 チンゲン菜,たけのこ,きくらげ,しょうが しいたけ	ﾎﾟｰｸﾌﾞｲﾖﾝ(豚,鶏) オイスターソース（カキエキス・ホタテエキス）	P 20 g F 16 g	23 g 17 g
		大学いも		さつまいも,大豆油,水あめ,ごま,でん粉				
17	火	ごはん		こめ			E 666 Kcal	768 Kcal
		豚汁	豚肉,豆腐,みそ	じゃがいも,里芋	にんじん,長ねぎ,大根,ごぼう,しいたけ	ﾁｷﾝﾌﾞｲﾖﾝ(鶏)	P 28 g	32 g
		ひじき炒め	ひじき,豚肉,油揚げ（大豆),大豆 かまぼこ	大豆油	にんじん,キャベツ,にら,コンニャク	ﾎﾟｰｸﾌﾞｲﾖﾝ(豚,鶏)	F 14 g	15 g
		バナナ			バナナ			
18	水	ごはん		こめ			E 625 Kcal	753 Kcal
		煮つけ	鶏肉,厚揚げ(大豆),昆布,かまぼこ ポーク（豚・鶏）	大豆油	コンニャク,にんじん,大根,小松菜		P 25 g F 19 g	30 g 23 g
		千草焼き	たまご,鶏肉,チーズ(乳)	大豆油,でん粉,植物油脂	たまねぎ.にんじん,ほうれん草 しいたけ			
		豆乳パンナコッタ	豆乳加工品（大豆）	水あめ、でん粉	いちご果汁	ゲル化剤（りんご）		
19	木	ごはん		こめ			E 600 Kcal	705 Kcal
		イナムドゥチ	豚肉,かまぼこ,みそ		しいたけ,こんにゃく	ポークブイヨン(豚,鶏)	P 30 g	34 g
		タマナーチャンプルー	豚肉,かまぼこ,豆腐,かつお節	大豆油	にんじん,キャベツ,もやし からしな,にんにく		F 15 g	17.0 g
		味つけのり	のり,昆布,かつお削り節,いりこ		しいたけ,とうがらし			
		みかん			みかん			
20	金	ごはん		こめ			E 623 Kcal	739 Kcal
		すまし汁	鶏肉,とうふ,わかめ		にんじん,大根,えのき		P 29 g	34 g
		サバのシークヮーサーソースかけ	サバ	でん粉.米粉,大豆油	シークヮーサー果汁		F 23 g	25 g
		ごまあえ		ゴマ	小松菜,もやし,キャベツ,にんじん			
24	火	ごはん		こめ			E 613 Kcal	711 Kcal
		大根みそ汁	豚肉,みそ		大根,にんじん,たまねぎ,しめじ,長ねぎ		P 26 g	30 g
		五目きんぴら	豚肉,油揚げ（大豆）	大豆油,ごま油,ごま	ごぼう,コンニャク,にんじん,ピーマン	ﾁｷﾝﾌﾞｲﾖﾝ(鶏)	F 16 g	17 g
		豆乳だいふく	豆乳	植物油（大豆),でん粉,もち粉,上新粉 水あめ				
25	水	きのこスパゲティ	鶏肉,無塩せきベーコン（豚）	スパゲティ(小麦粉),大豆油 乳無しマーガリン(大豆・豚)	にんじん,たまねぎ,しめじ,キクラゲ,エリンギ マッシュルーム,キャベツ,小松菜,とうがらし にんにく	ﾁｷﾝﾌﾞｲﾖﾝ(鶏)	E 534 Kcal P 24 g F 21 g	652 Kcal 28 g 26 g
		花野菜サラダ			ブロッコリー,カリフラワーキャベツ,きゅうり,ｺｰﾝ	ﾀﾝｶﾝﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ（小麦・大豆・ゼラチン）		
		彩り野菜のメンチカツ	鶏肉,豚肉,大豆	大豆油,パン粉（小麦),でん粉 米粉	たまねぎ,にんじん,えだまめ,コーン キャベツ,しょうが			
26	木	ごはん		こめ			E 537 Kcal	635 Kcal
		シカムドゥチ	豚肉,かまぼこ		冬瓜,コンニャク,しいたけ,しょうが	ﾎﾟｰｸﾌﾞｲﾖﾝ(豚,鶏)	P 26 g	30 g
		千切りイリチー	豚肉,昆布,かまぼこ	大豆油	切干大根,にんじん,こんにゃく	ﾎﾟｰｸﾌﾞｲﾖﾝ(豚,鶏)	F 12 g	13 g
		りんご			りんご			
27	金	炊き込みごはん（小学校）	鶏肉	こめ,なたね油	ごぼう,にんじん,しいたけ	チキンブイヨン（鶏）	E 574 Kcal	668 Kcal
		キムタクごはん（中学校）	豚肉	こめ,大豆油,ごま油	にんじん,ｷｸﾗｹﾞ,白菜,えだ豆,大根づけ 白菜キムチ（小麦・りんご・大豆・さば）	ﾎﾟｰｸﾌﾞｲﾖﾝ(豚,鶏) キムチ味（大豆・りんご）	P 25 g F 16.0 g	35 g 20 g
		さつま汁	鶏肉,豆腐,みそ	さといも	にんじん,大根,長ねぎ	ポークブイヨン（豚・鶏）		
		白身魚フライ	スケトウダラ	パン粉（小麦),小麦粉,大豆油				
30	月	麦ごはん		こめ,無圧ペン麦			E 543 Kcal	682 Kcal
		わかめスープ	鶏肉,わかめ,ちくわ,	ゴマ油,でん粉	にんじん,えのき,長ねぎ	ﾁｷﾝﾌﾞｲﾖﾝ(鶏)	P 27 g	32 g
		ビビンバ	豚肉,大豆,みそ	大豆油,ゴマ,ゴマ油	小松菜,にんじん,もやし,にんにく,しょうが	テンメンジャン（小麦・大豆）	F 13 g	14 g