

令和7年4月 アレルギー献立表

098-998-2351

*調味料や加工品の原材料等、詳細については裏面をご覧ください。

★こんだての後に()で記載している特定原材料等は下記のとおりです。

表示義務	えび(エ)	かに(カ)	小麦(麦)	そば(ソ)	卵	乳	落花生[ピーナッツ](ピ)	くるみ(ク)					
表示を推奨 (任意表示)	アーモンド(アモ)	あわび(ア)	いか(イ)	いくら(イ)	オレンジ(オ)	カシューナッツ(カ)	キウイフルーツ(キ)	牛肉(牛)	ごま(ゴ)	さけ(サ)	さば(サ)	大豆(豆)	鶏肉(鶏)
その他	バナナ(バ)	豚肉(豚)	マカダミアナッツ(マ)	もも(モ)	やまいも(ヤ)	りんご(リ)	ゼラチン(ゼ)	あさり(ア)	たこ(タ)	★義務・推奨表示ではないため、調べられる範囲で記載しています。			

・食物アレルギーのある児童生徒は給食を食べる前に内容を必ず確認しましょう。家庭・学校においても毎日確認して下さい。
 ・大量調理を行うため、調理場においては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。
 ・わかめ、のり、カエリ、きびなご、カタクチイワシ、しらすはエビ・かにが混ざる漁法で捕獲され、あさりなどの二枚貝はかにが共生しています。(アーサ・もずくの養殖場には、ヨコエビ類が生息しています。ヨコエビは食物アレルギーの表示対象外です)
 ・かまぼこ、ちくわ、なると、魚そうめん・ボール天など練り製品、煮干しだしの原材料はエビ・かにを食べています。
 ・揚げ物に使用する油は、1~3回程度使用しています。
 ・調味料・だし・添加物について、食物アレルギーの原因食物に関連するものであっても症状誘発の原因となりにくい下記の食品についてはアレルギー表示を省略しています。
 みそ(大豆・小麦)、しょうゆ(大豆・小麦)、酢(小麦)、大豆油(大豆)、ごま油(ごま・大豆)、かつおだし(かつお)、いりこだし(いわし)、魚醤(魚介類)、肉類エキス(牛肉・豚肉・鶏肉)、卵殻カルシウム(卵)、乳糖(乳)、乳清焼成カルシウム(乳)

日	曜日	こんだて	食品・加工品名	調味料名	
8	火		しそごはん	米、ゆかり	
			シカムドーチ(豚)	豚肉、白かまぼこ、大根、しいたけ、こんにゃく、生姜、かつおだし	塩、しょうゆ、ポークフィヨン
			野菜ちゃんぷる(豆)	厚揚げ、ツナ缶、小松菜、人参、玉ねぎ、キャベツ、にんにく	米油、しょうゆ、塩、こしょう
			オレンジ(オ)	オレンジ	
9	水		コッペパン(麦・乳・豆)	コッペパン	
			鶏つくねスープ(鶏・麦・豆)	鶏肉、桜島鶏肉団子、春雨、えのき、人参、キャベツ、ねぎ、かつおだし	チキンフィヨン、でん粉、薄口しょうゆ、塩、こしょう
			ジャーマンポテト(豚)	無塩せきウィンナー、じゃがいも、玉ねぎ、人参、ブロッコリー、にんにく	米油、塩、こしょう
			チョコジャム(乳・豆)	チョコジャム	
10	木		ごはん	米	
			イナムドーチ(豚)	豚肉、黄色かまぼこ、しいたけ、こんにゃく、かつおだし	甘口白みそ、ポークフィヨン
			千切りイリチー(豚・豆)	豚肉、油揚げ、昆布、人参、切干大根、かつおだし	米油、三温糖、しょうゆ、みりん、塩、ポークフィヨン
			お祝いデザート(豆・リ)	豆乳パンナコッタ	
11	金		ごはん	米	
			豚すきやき(豚・豆)	豚肉、豆腐、こんにゃく、キャベツ、小松菜、人参、長ねぎ、にんにく	米油、三温糖、しょうゆ、料理酒、みりん、塩
			いわし生姜煮(麦・豆)	いわし生姜煮	
14	月		ごはん	米	
			タコライス(牛・豚・豆)	牛肉、豚肉、豚レバー、大豆、玉ねぎ、人参、セロリ、ピーマン、にんにく	米油、赤ワイン、トマトケチャップ、ピザソース、トマトソース チリパウダー、チリソース、ウスターソース、しょうゆ、塩
			コンソメスープ(鶏・牛・豆)	鶏肉、じゃがいも、人参、玉ねぎ、セロリ、パセリ	米油、チキンフィヨン、塩、コンソメ、しょうゆ、こしょう
			スライスチーズ(乳)	スライスチーズ	
15	火		ごはん	米	
			豆腐チャンプルー(豚・豆)	豚肉、厚揚げ、人参、キャベツ、小松菜、玉ねぎ、にんにく	米油、料理酒、塩、しょうゆ
			おろしハンバーグ(豆・鶏・豚)	ハンバーグ、大根、ねぎ、生姜、かつおだし	しょうゆ、三温糖、みりん、塩、でん粉
			アーモンド【中学のみ】(アモ)	アーモンド	
16	水		コッペパン(麦・乳・豆)	コッペパン	
			マカロニのクリーム煮 (麦・鶏・乳・豚・豆)	鶏肉、ベーコン、マカロニ、じゃがいも、玉ねぎ、人参、小松菜 コーン、にんにく	小麦粉、マーガリン、脱脂粉乳、塩、白ワイン、こしょう、チキンフィヨン ウージパウダー、米油
			ウィンナーのソースかけ(麦・牛・豚・鶏)	無塩せきロングウィンナー、玉ねぎ	トマトケチャップ、デミグラスソース、ウスターソース、三温糖
			りんご(リ)	りんご	

17	木		ごはん	米	
			もずく丼(豚・豆)	豚肉、豚レバー、大豆、もずく、春雨、玉ねぎ、人参、ピーマン、 いんげん、コーン、にんにく	米油、しょうゆ、三温糖、みりん、塩、ポークブイヨン、でん粉、豆板醤
			みそ汁(豆)	豆腐、油揚げ、小松菜、キャベツ、えのき、かつおだし	赤みそ、白みそ
			甘夏	甘夏	
18	金		ごはん	米	
			じゃがいものみそ汁(豆)	豆腐、じゃがいも、人参、小松菜、ねぎ、かつおだし	赤みそ、白みそ
			キャベツのオイスター炒め(豚・豆)	豚肉、春雨、キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン、にんにく	米油、しょうゆ、オイスターソース、三温糖、塩、でん粉、料理酒
21	月		バジルスパゲッティ (麦・鶏・豚・乳)	スパゲティ、鶏肉、ベーコン、じゃがいも、玉ねぎ、人参、しめじ バジル、パセリ、にんにく	オリーブ油、チキンブイヨン、塩、こしょう、ジェノバペースト
			ほうれん草オムレツ(卵・豆)	ほうれん草オムレツ	
			米粉のいちごカップケーキ(豆)	米粉のいちごカップケーキ	
			ごはん	米	
22	火		具沢山みそ汁(豚)	豚肉、じゃがいも、人参、キャベツ、長ねぎ、こんにゃく、かつおだし	赤みそ、白みそ
			めんくーぐあー(豚・豆)	豚肉、白かまぼこ、厚揚げ、大根、人参、グリーンピース、しいたけ、かつおだし	米油、しょうゆ、みりん、三温糖、塩、料理酒
			アングルスー(豆)	ツナ缶	麦みそ、米油、三温糖、みりん
23	水		ごはん	米	
			マーボー春雨(豚・麦・豆・牛・ゼ・ご)	豚肉、豚レバー、春雨、キャベツ、玉ねぎ、人参、にら、しいたけ にんにく、生姜	米油、赤みそ、三温糖、ごま油、でん粉、中華ベース麻婆豆腐、料理酒 豆板醤、オイスターソース、しょうゆ、ポークブイヨン、ウージパウダー
			ヨーグルトあえ(乳・も・豆)	ヨーグルト、黒豆、パイン 缶、みかん缶、もも缶	
			小魚【中学のみ】	小魚	
24	木		ごはん	米	
			そばろ丼(豚・豆・卵)	豚肉、豚レバー、大豆、卵、人参、いんげん、生姜	米油、しょうゆ、三温糖、みりん、料理酒、塩
			あさりとわかめのみそ汁(ア・豆)	わかめ、あさり、豆腐、大根、ねぎ、かつおだし	赤みそ、白みそ
25	金		りんご(り)	りんご	
			ごはん	米	
			デークニンブシー(豚・豆)	豚肉、昆布、厚揚げ、チキアギ、大根、人参、こんにゃく、小松菜 かつおだし	赤みそ、白みそ、米油、三温糖、料理酒、みりん
28	月		さつまパイ(麦・乳・豆)	さつまパイ	大豆油(揚げ1回目)
			ごはん	米	
			ハヤシライス (豚・乳・豆・麦・鶏・牛)	豚肉、豚レバー、じゃがいも、玉ねぎ、人参、ピーマン、コーン、にんにく	米油、マーガリン、トマトケチャップ、デミグラスソース、ウスターソース ハヤシルウ、塩、脱脂粉乳、ウージパウダー
			小魚のアーモンドがらめ(豆・アモ・ご)	かたくちいわし、大豆、アーモンド、ごま	三温糖、しょうゆ、みりん、水あめ
30	水		ニューサマー	ニューサマー	
			ごはん	米	
			肉じゃが(豚・豆)	豚肉、油揚げ、じゃがいも、玉ねぎ、人参、絹さや、こんにゃく、かつおだし	米油、しょうゆ、三温糖、みりん、塩
			枝豆と豆腐のミンチカツ(麦・豆・鶏)	枝豆と豆腐のミンチカツ	大豆油(揚げ2回目)
			お魚ふりかけ(麦・ご・さ・豆)	お魚ふりかけ	

2025年 4月 調味料・加工食品のアレルギー表示

具志頭学校給食センター

よく使用する調味料	アレルギー表示	よく使用する調味料	アレルギー表示	よく使用する調味料	アレルギー表示
塩	—	にんにく	—	カレールー	小麦・牛肉・鶏肉・大豆
しょうゆ・うすくちしょうゆ	小麦・大豆	しょうが	—	ホワイトルー	小麦・乳・大豆・牛肉・鶏肉
赤みそ・麦みそ 白みそ・甘口白みそ	大豆	こしょう	—	ハヤシルウ	小麦・大豆・牛肉
赤だし	大豆・鶏肉	豆板醤	—	いり・すり・ねりごま	ごま
酢・特濃酢・すし酢	小麦	テンメンジャン	小麦・大豆	チリミックス	乳・小麦・豚肉
みりん	—	コンソメ	牛肉・大豆	チリパウダー	—
料理酒	—	ポーク&チキンブイヨン	鶏肉・豚肉	脱脂粉乳・バター	乳
ウスターソース	—	チキンブイヨン	鶏肉	トマトケチャップ	—
デミグラスソース	小麦・鶏肉	ポークブイヨン	鶏肉・豚肉	ウージパウダー	—
七味唐辛子	ごま	三温糖・黒糖	—	マーガリン	乳・大豆
エッグケアマヨネーズ	大豆	ごま油	ごま・大豆	生クリーム	—
トマトホール・トマトピューレ トマトダイス・トマトペースト	—	大豆油（揚げ油）	大豆	カレー粉	—
トマトソース・ピザソース	大豆	こめ油・オリーブ油	—	チーズパウダー クッキングチーズ	乳
ドライカレーペースト	乳・小麦・牛肉・豚肉・りんご	ジェノバペースト	乳	ピザ用チーズ	—
ラード	大豆	粒入りマスタード	—	チリソース	—
				乳不使用マーガリン	大豆

食品名	アレルギー表示	原材料
キムチの素	りんご・イカ・大豆	果実パルプ（りんご、みかん）、食塩、砂糖混合ぶどう糖果糖液糖、にんにく、醸造酢、魚介エキス（かつお、いか）、パプリカ、発酵野菜、唐辛子、大豆たん白加水分解物、かつおぶし、生姜、こんぶ、調味料（アミノ酸等）、酸味料（クエン酸）、安定剤（キサンタンガム）、パプリカ色素
ごまドレッシング	小麦・ごま・大豆	醸造酢、しょうゆ、ごま、食塩、しいたけエキス、酵母エキスパウダー、香辛料、セルロース、増粘剤（キサンタンガム）、調味料（アミノ酸）、甘味料（スクラロース）、水
オイスターソース	大豆	かきエキス、たん白加水分解物、砂糖、でん粉、食塩、昆布エキス、香辛料、調味料（アミノ酸等）、カラメル色素、酸味料（クエン酸）、水
中華ベース麻婆豆腐	小麦・大豆・牛肉・豚肉 ゼラチン・ごま	しょうゆ、でん粉、オイスターエキス、砂糖、還元澱粉糖化物（ポークエキス調味料、トマトケチャップ、食塩、食用大豆油、ごま油、ガーリックペースト、醸造酢、しょうが、ビーフエキス調味料、食用風味油、こしょう、デキストリン、豆板醤、水）（調味料（アミノ酸等）、酒精、糊料（グァーガム）、カラメル色素、パプリカ色素、香料）

パン類	アレルギー表示	肉類	アレルギー表示	練り製品	アレルギー表示
コッペ・食・パーガー なかよし・パーカーハウス あみ・黒糖・全粒粉・紅 芋・バター	小麦・乳・大豆	ベーコン	豚肉・乳	白・黄色かまぼこ	—
麺類	アレルギー表示	ハム	豚肉・大豆・乳	ボール天・チキアギ	—（揚げ油は菜種油）
沖縄そば・ラーメン うどん・スパゲティー	小麦	ウインナー	豚肉・小麦・大豆・乳	なると・ちくわ	—
ご飯混ぜ込み	アレルギー表示	荒挽ミニウインナー	鶏肉・豚肉	松茸風かまぼこ	—（揚げ油は菜種油）
わかめごはんの素	—	ポーク	豚肉・鶏肉	魚ソーメン	—
おおむぎ	—	豚レバーチップ	豚肉	その他	アレルギー表示
ゆかり	—	無塩せきウインナー	豚肉	ナタデココ	—
乾燥カリカリ梅	—	鶏レバーそぼろ	鶏肉	黄桃缶	もも
プチっともち玄米	—	豆腐類	アレルギー表示	パイン缶	—
		豆腐・ゆし豆腐	大豆	みかん缶	—
		厚揚げ・油あげ		湿麩	小麦・大豆
		豆乳・大豆の華		ツナ缶	大豆

(4月に使用する加工食品)

食品名	アレルギー表示	原材料
桜島鶏肉団子	小麦・大豆・鶏肉	鶏肉、玉ねぎ、粒状植物性たん白、にんじん、パン粉、でん粉、砂糖、香辛料、食塩、たんぱく加水分解物、炭酸カルシウム、クエン酸第一鉄ナトリウム、水
チョコジャム	乳・大豆	食用油脂（植物油脂・加工油脂）、砂糖、大豆粉、ココアパウダー、ぶどう糖、脱脂粉乳、食塩、炭酸カルシウム、植物レシチン、香料
豆乳パンナコッタ	大豆・りんご	砂糖、果糖ぶどう糖液糖、植物油脂、豆乳クリーム、水あめ、でん粉、食塩、水、いちご果汁、ドロマイト、加工でん粉、ゲル化剤（増粘多糖類）酸味料、着色料、クエン酸鉄Na、香料 ※りんごを含む原材料・・・ゲル化剤（増粘多糖類）
いわし生姜煮	小麦・大豆	いわし、砂糖、しょうゆ、本みりん、でん粉（馬鈴薯）、生姜、食塩、水 ※小麦を含む原材料・・・しょうゆ
スライスチーズ (4/14使用)	乳	ナチュラルチーズ、炭酸Ca、乳化剤、重曹、クエン酸鉄Na、水
アーモンド	アーモンド	アーモンド、植物油脂、食塩
ハンバーグ	大豆・鶏肉・豚肉	豚肉、鶏肉、たまねぎ、粒状植物性たん白、豚脂、難消化性デキストリン、果糖ぶどう糖液糖、でん粉、粉末状植物性たん白、ドロマイト、ぶどう糖加工品、ポークエキス、発酵調味料、食塩、加工油脂、酵母エキス、チキンブイヨン、加工でん粉、クエン酸鉄Na、水
無塩せきロングウィンナー (4/16使用)	小麦・牛肉・豚肉	牛肉、豚肉、小麦粉、豚脂肪、食塩、香辛料、砂糖、ぶどう糖、調味料（アミノ酸）、ポリリン酸Na、くん液、香辛料抽出物、水
たいやき	小麦・大豆	あん（砂糖、小豆）、小麦粉、砂糖、ぶどう糖、とうもろこし粉、植物油脂、米粉、食塩、膨張剤、増粘剤（グァーガム）、調整水、（原材料の一部に大豆を含む）
ほうれん草オムレツ	卵・大豆	液卵、油脂加工品（植物油脂、卵黄、食塩）、ほうれんそう、でん粉発酵調味料、食用卵殻粉、植物油脂、トレハロース、加工でん粉、水
米粉の いちごカップケーキ	大豆	豆乳、米粉、砂糖、水あめ、植物油脂、還元水あめ、ショートニング、いちご、大豆粉、デキストリン、いちご加工品、水、加工デンプン、粗製海水塩化マグネシウム、乳化剤、炭酸Ca、膨張剤、増粘剤、香料、酸味料、安定剤、乳酸Ca、ピロリン酸鉄、着色料、
こざかな	—	カタクチイワシ、砂糖、澱粉分解物、食塩、水 ※原材料のカタクチイワシは、えび、かにを食べています。
さつまパイ	小麦・乳・大豆	さつまいも、小麦粉、砂糖、マーガリン、レーズン、パン粉、食塩、膨張剤、水
枝豆と豆腐のミンチカツ	小麦・大豆・鶏肉	たまねぎ、えだまめ、鶏肉、パン粉、でん粉（馬鈴薯）、豆腐、粒状植物性たん白、砂糖、酵母エキス、しょうゆ、香辛料（黒こしょう）、米粉加工品、大豆油、加工デンプン、炭酸カルシウム、ピロリン酸第二鉄、水
お魚ふりかけ	小麦・ごま さば・大豆	ドロマイト、混合削り節粉末、砂糖、ごま、食塩、しょうゆ、みりん、かつお風味調味料、いわし削り節、酵母エキス、乾燥マッシュポテト、でん粉、青のり、かつお削り節、黒のり、かぼちゃ粉末、還元水あめ、昆布エキス、粉末水あめ、アナトー色素、カラメル色素、酸化防止剤（ビタミンC）、カロチン色素 ※本品で使用しているさば、いわしはえび・かにを食べており、海苔はえび・かにの生息域で採取しています。

特定原材料等

表示義務	えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生（ピーナッツ） くるみ
推奨表示 (任意表示)	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