

令和6年7月

# 献立表(アレルギー)

1. 予定献立表(アレルギー詳細)は、食品衛生法に定められている28品目を表示しています。

表示義務 8品目	表示の推奨 20品目
卵 乳 小麦 ソバ 落花生 エビ カニ クルミ	アワビ イカ イクラ オレンジ キウイ 牛肉 サケ サバ 大豆 鶏肉 パナナ モモ 山芋 リンゴ ゼラチン カシューナッツ ゴマ アーモンド 豚肉 マツタケ

※海藻類(モズク・アサ・シラス)は収穫の際、エビ、カニが混ざる漁法で採取されていることから、「エビ、カニ」が混入することがあります。

※アザリには、カニが共生しています。

※揚げ油に使用する油は、3回程度 同一の油を使用しています。(※前回使用した食材の成分が混入している可能性があります。)

※食品を製造する際に、原材料として使用していないにも関わらず、同じ製造ライン又は同じ製造工場内で生産されている別の製品の

アレルギー物質が微量に混入してしまうことがあります。

これらについては記載しておりません。詳細については南天Okinawaまでお問合せ下さい。

アレルギー除去食を申請した保護者の皆様へ  
※現在、卵、乳、小麦、ソバ、落花生、エビ、カニの7品目について除去食対応を行っています。事前にご確認ください。

★除去食提供日 ◎圖で一部除去する日 ●代替食 圖并当待参日

日付	こんだて	食材名	調味料	代替食
1(月)	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米		
	ビッグ肉団子	ビッグ肉団子(小麦、ごま、大豆、鶏肉、豚肉、りんご)		
	千切りイリチー	千切り大根、にんじん、豚肉、絹さや、かつお節、調合油	しょうゆ(小麦、大豆)、三温糖、みりん、シママース	
	白菜のみそ汁	はくさい、豚肉、たまねぎ、えのきたけ、ねぎ、かつお節	白みそ(大豆)、赤みそ(大豆)	
	おやつ(手作りストロベリーゼリー)	ストロベリーゼリーの素、バイン、みかん		
2(火)	チャーハン	精白米、カルシウム米、ポークランチョンミート(豚肉、鶏肉)、たまねぎ、にんじん、ピーマン、長ねぎ、ごま油(ごま)、調合油	しょうゆ(小麦、大豆)、シママース、チキンガラスープ(鶏肉)、シママース	
	国産キャベツのメンチカツ	国産キャベツのメンチカツ(小麦、豚肉、鶏肉、大豆)、調合油		
	鶏の肉団子スープ	桜島肉団子(小麦・大豆・鶏肉)、たまねぎ、パクチョイ、ちくわ	料理酒、シママース、こしょう、ガラスープスタンダード(鶏肉、豚肉、りんご)、三温糖	
	●チーズ	ベビーチーズ(乳)		紅芋ちんすこう(小麦、牛肉、豚肉、大豆)
	●おやつ(クワワッサン)	クワワッサン(小麦、卵、乳成分、大豆)		お米de国産りんごのタルト(りんご、大豆)
3(水)	麦ごはん	精白米、押し麦、カルシウム米		
	豚肉のみそ炒め	豚肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、グリーンアスパラ、調合油	おろしにんにく、料理酒、白みそ(大豆)、しょうゆ(小麦、大豆)、三温糖	
	●千草焼	千草焼(小麦、卵、乳、大豆、鶏肉)		ジャンボひじきしょうまい(小麦、豚肉、鶏肉、大豆)
	冬瓜のすりながし汁	とうがん、ちくわ、えのきたけ、ねぎ、かつお節	シママース、おろししょうが、うすくちしょうゆ(小麦、大豆)、かたくり粉	
	おやつ(ゆかりおにぎり)	精白米、ゆかり		
4(木)	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米		
	中華炒め	ピーマン、三色ピーマン、豚肉、たけのこ、にんじん、きくらげ、調合油	おろししょうが、しょうゆ(小麦、大豆)、オイスターソース(大豆、魚介類)、シママース、料理酒、かたくり	
	コーンスープ	クリームコーン、スイートコーン、たまねぎ	シママース、チキンガラスープ(鶏肉)、かたくり粉、パセリ、三温糖	
	キャベツ入平つくね	キャベツ入平つくね(鶏肉、豚肉)		
	おやつ(手作りココアちんすこう)		ラード(牛肉、豚肉、大豆)、上白糖、小麦粉(小麦)、ココアパウダー	
5(金)	ちらしずし	精白米、カルシウム米、ちらしずし(小麦、大豆、鶏肉)、桜でんぶ、千切たくあん漬(小麦、大豆)		
	キャベツのウインナーソーテー	キャベツ、たまねぎ、無塩漬ウインナーソーセージ(豚肉)、スイートコーン、三色ピーマン、調合油	しょうゆ(小麦、大豆)、こしょう、シママース	
	星型ハンバーグ	うす味ハンバーグ(大豆、鶏肉、豚肉)	ケチャップ、三温糖	
	セタ汁	魚ソーメン、人参、オクラ、しいたけ、かつお節	シママース、うすくちしょうゆ(小麦、大豆)、おろししょうが	
	●おやつ(クリームコンフェ)	クリームコンフェ(小麦、卵、乳成分、大豆)		ベストプリン
6(土)	ごはん	精白米		
	肉みそごぼう丼	合びき肉(豚肉、牛肉)、水戻し大豆ミンチ(大豆)、たまねぎ、たけのこ、にんじん、ごぼう、絹さや、ごま油(ごま)	おろしにんにく、おろししょうが、豆ばん醬、しょうゆ(小麦、大豆)、赤みそ(大豆)、料理酒、本みりん、三温糖	
	さつま汁	さつまいも、たまねぎ、豚肉、ねぎ、かつお節	白みそ(大豆)、赤みそ(大豆)	
	だいこん漬	千切だいこん漬		
	おやつ(お米de豆乳プリンタルト)	お米de国産豆乳プリンタルト(大豆)		
8(月)	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米		
	赤魚の白みそソースがけ	赤魚	シママース、こしょう、料理酒、白みそ(大豆)、三温糖、うすくちしょうゆ(小麦、大豆)、かたくり粉	
	クービーリチー	きざみ昆布、豚肉、切こんにゃく、切り干し大根、チキアギ、にんじん、かつお節、調合油	しょうゆ(小麦、大豆)、みりん、料理酒、三温糖	
	アーサ汁	アーサ、豆腐(大豆)、かつお節	うすくちしょうゆ(小麦、大豆)、シママース、おろししょうが、料理酒	
	●おやつ(手作りブレインマフィン)	鶏卵(卵)、ベーキングパウダー	乳なしマーガリン(大豆)、グラニュー糖、小麦粉(小麦)、パニラエッセンス	お米deレモンマフィン(大豆)
9(火)	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米		
	チキンカレー	鶏肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、リンゴビュール、調合油	おろしにんにく、カレーフレーク(小麦)、乳なしマーガリン(大豆)、小麦粉(小麦)、カレー粉、しょうゆ(小麦、大豆)、ウスターソース(りんご)、ガラスープスタンダード(鶏肉、豚肉、りんご)	
	豆腐ハンバーグ	国産豆腐のハンバーグ(大豆、鶏肉、豚肉)	ケチャップ、三温糖	
	フルーツ杏仁	豆乳ゼリー、杏仁風味(大豆)、黄桃(もも)、バイン、みかん	ポッカレモン	
	●おやつ(プチクレープ チョコ味)	プチクレープ(小麦、卵、乳成分、大豆、ゼラチン)		フレンズクレープチョコ(大豆)
10(水)	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米		
	白身魚フライ	白身魚フライ(小麦、大豆)、調合油		
	冬瓜の蒸付け	とうがん、豚肉、にんじん、厚揚げ(大豆)、結び昆布、かつお節、調合油	しょうゆ(小麦、大豆)、みりん、料理酒、三温糖	
	大根のレモン漬	大根のレモン漬		
	おやつ(手作りタンナファクルー)	調整豆乳(大豆)、ベーキングパウダー、調合油	小麦粉(小麦)、粉末黒糖	
11(木)	わかめごはん	精白米、カルシウム米、炊き込みわかめ		
	★ゴーヤチャーハン	にがうり、沖縄豆腐(大豆)、ポークランチョンミート(豚肉、鶏肉)、にんじん、鶏卵(卵)、調合油	シママース、しょうゆ(小麦、大豆)、三温糖	
	鶏肉の生姜焼き	鶏肉	生姜焼きのタレ(大豆、小麦)	
	豚汁	豚肉、にんじん、だいこん、里芋、長ねぎ、イナムドゥチこんにゃく、かつお節	白みそ(大豆)、赤みそ(大豆)	
	●おやつ(ミニココアワッフル)	ミニココアワッフル(小麦、卵、乳、大豆)		米粉のカップケーキ(小麦、りんご)
12(金)	●おやつ(ミルクパン)	ミルクパン(小麦、卵、乳成分、大豆)		お米de国産さつまいもと菓子のタルト(大豆)
	ごはん	精白米		
	国産豚とさわやかチキンのメンチカツ	国産豚とさわやかチキンのメンチカツ(小麦、大豆、豚肉、鶏肉)、調合油		
	マカロニソテー	マカロニ(小麦)、無塩漬ベーコン(豚肉)、たまねぎ、三色ピーマン、トマトソース、調合油	シママース、こしょう、ケチャップ、おろしにんにく、三温糖	
	ポトフ	鶏肉、無塩漬ウインナーソーセージ(豚肉)、じゃがいも、にんじん、だいこん、ブロッコリー	パセリ、うすくちしょうゆ(小麦、大豆)、シママース、こしょう、ガラスープスタンダード(鶏肉、豚肉、りんご)	
13(土)	おやつ(米粉のカップケーキ・イチゴ)	米粉のカップケーキ・イチゴ(大豆)		
	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米		
	厚揚げの野菜炒め	厚揚げ(大豆)、にんじん、豚肉、はくさい、絹さや、調合油、かつお節	しょうゆ(小麦、大豆)、三温糖、シママース、おろししょうが、かたくり粉	
	みそ汁	じゃがいも、たまねぎ、ほうれん草、かつお節	白みそ(大豆)、赤みそ(大豆)	
	ごちそうメンチカツ	ごちそうメンチカツ(小麦、乳、牛肉、大豆、鶏肉、豚肉)、調合油		

17(水)	おやつ(紅鮭おにぎり)	精白米、紅鮭めし(ごま、さけ)		
	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米		
	チンチャオソース	牛肉、たまねぎ、たけのこ、三色ピーマン、青ピーマン、調合油、ごま油(ごま)	料理酒、三温糖、オイスターソース(大豆、魚介類)、しょうゆ(小麦、大豆)、おろししょうが、おろしにんにく、かたくり粉、シママース	
	ポークシューマイ	国産ポークシューマイ(豚肉、小麦)		
	わかめ中華スープ	鶏肉、たまねぎ、わかめ、しいたけ、長ねぎ、白ごま	シママース、うすくちしょうゆ(小麦、大豆)、チキンガラスープ(鶏肉)	
18(木)	おやつ(手作りグレープゼリー)	グレープゼリーの素、バイン、みかん		
	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米		
	◎ささみチーズフライ	ささみチーズフライ(乳、小麦、鶏肉、大豆)、調合油		
	アスパラのコンソテー	グリーンアスパラ、にんじん、スイートコーン、無塩漬ウインナーソーセージ(豚肉)、調合油	チキンガラスープ(鶏肉)、シママース、こしょう、かたくり粉	ちくわの磯辺天ぷら(小麦、大豆)
	ABCマカロニスープ	ABCマカロニ(小麦)、無塩漬ベーコン(豚肉)、たまねぎ、にんじん、セロリー	シママース、こしょう、うすくちしょうゆ(小麦、大豆)、チキンガラスープ(鶏肉)	
19(金)	おやつ(手作りオレンジココアスコーン)	オレンジジュース(オレンジ)、ベーキングパウダー、オレンジの皮	小麦粉(小麦)、ココアパウダー、グラニュー糖、乳なしマーガリン(大豆)	
	ごはん	精白米、カルシウム米		
	鮎チャンプルー	キャベツ、たまねぎ、豚肉、にんじん、湿麩(小麦、大豆)、もやし、にら、調合油	しょうゆ(小麦、大豆)、こしょう、シママース	
	国産鶏と根菜の平つくね	国産鶏と根菜の平つくね(小麦、鶏肉、豚肉、大豆、ごま)		
	みそ汁	沖縄豆腐(大豆)、たまねぎ、長ねぎ、かつお節	白みそ(大豆)、赤みそ(大豆)	
20(土)	おやつ(豆乳ムース)	豆乳ムース(大豆)		
	ごはん	精白米		
	カレーポテトコロッケ	カレーポテトコロッケ(小麦、豚肉、大豆)、調合油		
	豚肉の生姜炒め	豚肉、たまねぎ、ピーマン、にんじん、調合油	おろししょうが、三温糖、しょうゆ(小麦、大豆)、みりん、料理酒	
	若竹汁	たけのこ、にんじん、絹ごし豆腐(大豆)、わかめ、ねぎ、かつお節	うすくちしょうゆ(小麦、大豆)、シママース、三温糖	
22(月)	おやつ(お米deバナナスティックケーキ)	お米deバナナスティックケーキ(バナナ、大豆)		
	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米		
	鶏肉のバーベキューソースかけ	鶏肉	シママース、こしょう、BBQソース(小麦、大豆、バナナ、りんご)、三温糖、穀物酢(小麦)、しょうゆ(小麦、大豆)、かたくり粉、ケチャップ	
	★いり豆腐	木綿豆腐(大豆)、鶏肉、にんじん、絹さや、しいたけ、調合油、鶏卵(卵)、かつお節	三温糖、しょうゆ(小麦、大豆)、シママース、穀物酢(小麦)	
	みそ汁	小松菜、しめじ、長ねぎ、かつお節	白みそ(大豆)、赤みそ(大豆)	
23(火)	おやつ(お米deシークワサータルト)	お米deシークワサータルト(大豆)		
	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米		
	八宝菜	豚肉、しいたけ、きくらげ、にんじん、たけのこ、はくさい、ちんげん菜、ヤングコーン、ごま油(ごま)、調合油	おろしにんにく、おろししょうが、しょうゆ(小麦、大豆)、中華ベース・八宝菜(小麦、大豆、ごま、鶏肉、豚肉、魚介類)、オイスターソース(大豆、魚介類)、三温糖、シママース、チキンガラスープ(鶏肉)、かたくり粉	
	米粉入り春巻き	米粉入り春巻き(小麦、大豆、豚肉)、調合油		
	ラビオリスープ	鶏肉、ラビオリ(小麦、鶏肉、豚肉、大豆)、小松菜、ごま油(ごま)	シママース、チキンガラスープ(鶏肉)、ガラスープスタンド(鶏肉、豚肉、りんご)、かたくり粉	
24(水)	おやつ(手作り紅芋ゴマ団子)	紅芋ペースト、もち粉、白ごま(ごま)、調合油	グラニュー糖	
	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米		
	鯖の塩焼き	さば	シママース	
	きんぴらごぼう	ごぼう、にんじん、絹さや、切こんにゃく、白ごま(ごま)、調合油、ごま油(ごま)	穀物酢(小麦)、三温糖、うすくちしょうゆ(小麦、大豆)、シママース、料理酒、みりん	
	沖縄風みそ汁	とうがん、にんじん、ほうれん草、沖縄豆腐(大豆)、ポークランチョンミート(豚肉、鶏肉)、かつお節	白みそ(大豆)	
25(木)	おやつ(お米deガトーショコラ)	お米deガトーショコラ(大豆)		
	バターライス	精白米、人参、玉ねぎ、ピーマン	シママース、こしょう、三温糖、チキンガラスープ(鶏肉)、乳なしマーガリン(大豆)、調合油	
	彩りサラダ	ブロッコリー、カリフラワー、にんじん、スイートコーン	イタリアンドレッシング	
	フレンズグラタン	フレンズグラタン(大豆)		
	パンパキンスープ	鶏肉、たまねぎ、かぼちゃ、じゃがいも、にんじん、カボチャペースト、白花生 & 白いんげん豆ペースト	小麦粉(小麦)、乳なしマーガリン(大豆)、ホワイトルウ(小麦、豚肉)、シママース、こしょう、ガラスープスタンド(鶏肉、豚肉、りんご)、三温糖	
26(金)	おやつ(青じそめしおにぎり)	精白米、かおり		
	クファージュシー	精白米、豚肉、白かまぼこ、ごぼう、にんじん、しいたけ、ほしひじき、ねぎ、かつお節、調合油	しょうゆ(小麦、大豆)、料理酒、シママース、みりん、三温糖	
	きびなごの唐揚げ	きびなご、調合油	小麦粉(小麦)、かたくり粉、シママース	
	シカムドゥチ	イナムドゥチこんにゃく、豚肉、だいこん、白かまぼこ、しいたけ、ねぎ、かつお節	うすくちしょうゆ(小麦、大豆)、シママース	
	果物(スイカ)	すいか		
27(土)	おやつ(国産レインのムース)	レインのムース(大豆、ゼラチン)		
	山の幸ごはん	精白米、たけのこ、ごぼうめし(小麦、大豆、鶏肉、豚肉)、きのこ狩り(小麦、大豆)	シママース、三温糖	
	国産鶏の照焼パティ	国産鶏の照焼パティ(小麦、鶏肉、大豆、りんご)		
	ほうれん草ソテー	ほうれん草、にんじん、無塩漬ウインナーソーセージ(豚肉)、スイートコーン	シママース、こしょう、乳なしマーガリン(大豆)、しょうゆ(小麦、大豆)	
	じゃがいものみそ汁	じゃがいも、豚肉、たまねぎ、にら、かつお節	白みそ(大豆)、赤みそ(大豆)	
29(月)	おやつ(ミニたい焼き)	ミニたい焼き(小麦、大豆)		
	ごはん	精白米		
	ハヤシライス	豚肉、たまねぎ、グリーンピース、にんじん、調合油	ハヤシルウ(小麦、大豆、牛肉)、ケチャップ、小麦粉(小麦)、乳なしマーガリン(大豆)、ウスターソース(りんご)、三温糖	
	枝豆と豆腐のミンチカツ	枝豆と豆腐のミンチカツ(小麦、鶏肉、大豆)、調合油		
	彩り温サラダ	ブロッコリー、だいこん、きゅうり、ツナレク	ドレッシングかんきつ、シママース	
30(火)	おやつ(手作りピーチゼリー)	ピーチゼリーの素、バイン、みかん		
	あんかけ焼きそば	ゆでラーメン(小麦)、豚肉、はくさい、チンゲン菜、たまねぎ、にんじん、なると、たけのこ、ごま油(ごま)、調合油	おろししょうが、料理酒、中華ベース・八宝菜(小麦、大豆、ごま、鶏肉、豚肉、魚介類)、しょうゆ(小麦、大豆)、三温糖、シママース、オイスターソース(大豆、魚介類)、かたくり粉、チキンガラスープ(鶏肉)、料理酒	
	くらま鮎と鶏肉のナゲット	くらま鮎と鶏肉のナゲット(小麦、鶏肉、大豆)、調合油		
	豆腐とわかめのスープ	わかめ、木綿豆腐(大豆)、たまねぎ、しいたけ、ごま油(ごま)	シママース、しょうゆ(小麦、大豆)、ガラスープスタンド(鶏肉、豚肉、りんご)	
	果物	バイン		
31(水)	おやつ(菜めしおにぎり)	精白米、菜めし(大豆)		
	ごはん	精白米		
	肉じゃが	じゃがいも、豚肉、たまねぎ、にんじん、糸こんにゃく、絹さや、かつお節	しょうゆ(小麦、大豆)、料理酒、みりん、三温糖、シママース	
	アジフライ	アジフライ開き(小麦)、調合油		
	油みそ	調合油、ツナレク	赤みそ(大豆)、三温糖、おろししょうが、料理酒、みりん	
●おやつ(手作り黒糖サターアングギー)	鶏卵(卵)、ベーキングパウダー、調合油	小麦粉(小麦)、グラニュー糖、粉末黒糖、重曹、シママース	手作りブレインちんすこう(小麦、牛肉、豚肉、大豆)	