



令和6年度
(2024年)

9月予定献立

※天候、材料などの都合により献立を変更することがあります。

学校給食摂取基準	
○エネルギー	650kcal (小学生)
○エネルギー	830kcal (中学生)
○たんぱく質	(小中共通)
○脂質	(小中共通)
○摂取エネルギー	全体の13~20%
○摂取エネルギー	全体の20~30%

大宜味村立学校給食センター
住所：大宜味村饒波2204-1
電話：0980-44-3774
大宜味小HPに予定献立を掲載しています

日付	献立名	主に血や筋肉、骨をつくる食品 たんぱく質や無機質など(1・2群)	主に体の調子をととのえる食品 ビタミンなど(3・4群)	主に力や熱となる食品 炭水化物・脂質など(5・6群)	調味料・だしなど
2月	オムライス	鶏肉 オムライス卵焼き(卵・大豆)	にんにくピーマン 玉ねぎにんじん マッシュルーム コーン	米 麦 パター	ワイン ウージバウダー パプリカ粉 ケチャップ シママース こしょう 醤油 鶏骨
	ウンチーフソテー	牛肉	ウンチーフ【=エンサイ】 にんじん もやし にんにく	油 かたくり粉	醤油 料理酒 シママース こしょう
	フルーツ白玉	豆乳	もも パイン バナナ シークワーサー	白玉粉 砂糖	
3月	麻婆丼	豚肉 大豆 豆腐 JAみそ	大根 生姜 にんにく たけのこ 椎茸 木くらげ 玉ねぎにんじん 長ねぎ	米 麦 油 砂糖 かたくり粉 ごま油	料理酒 豆板醤(28品目なし) 甜面醤 ウージバウダー 醤油 豚骨
	凉拌三絲	かに風かまぼこ(28品目なし) 錦糸卵(卵)	キャベツ きゅうり 豆苗	春雨 砂糖 ごま油	淡口醤油 特濃酢
	紅芋ごま団子			紅芋 タピオカ粉 砂糖 ごま油	
4月	ミルクココア			ミルクココア(大豆)	
	和風きのこスパゲティ	ベーコン	にんじん 玉ねぎ 豆苗 しめじ しいたけ 木くらげ 椎茸 にんにく	スパゲティ 油 パター	シママース 醤油 ポークブイオン(豚肉・鶏肉)
	アーサー入りチーズ芋もち	アーサー チーズ		じゃがいも かたくり粉 油	シママース
	野菜ナッツサラダ	かまぼこ(小麦・大豆)	白菜 きゅうり 大根 コーン シークワーサー	オリーブ油 砂糖 アーモンド	特濃酢 シママース こしょう
5月	パインスライス		パイン		
	玄米ごはん			米 玄米	
	野菜ふりかけ				野菜ふりかけ(28品目なし)
	青菜のみそ汁	わかめ JAみそ	レタス ほうれん草 しめじ		鰹節
6月	豆腐ハンバーグ	豆腐 鶏肉 おから 卵 JAみそ	木くらげ 生姜 玉ねぎ	ごま油 パン粉 砂糖 パター かたくり粉	ウージバウダー 料理酒 ケチャップ ウスターソース ワイン
	ひじきのツナ和え	ひじき	大根 きゅうり 豆苗 コーン	砂糖	シママース こしょう 和風ドレッシング(28品目なし) 特濃酢
	アーモンド揚げパン	きな粉(大豆)		なかよレパン(小麦・乳・大豆) 油 アーモンド 砂糖 黒糖	
	ABCトマトスープ	ウインナー ミックスビーンズ(28品目なし)	白菜 玉ねぎ にんにく パセリ トマト コーン	ABCパスタ(小麦) 油	シママース こしょう みりん風 オレガノ 鶏骨 ローレル葉
9月	ゴーヤーの卵とじ	ちくわ(小麦・大豆) 卵	ゴーヤー にんじん パパイア	油 砂糖	シママース 淡口醤油 チキンブイオン(鶏肉)
	ベビーチーズ	ベビーチーズ			
	オレンジ		オレンジ		
	麦ごはん			米 麦	
10月	ポークカレー	豚肉 豚レバー いんげん豆	玉ねぎ にんじん ピーマン 大根 りんご トマト 生姜 にんにく	じゃがいも 油	料理酒 クミン ウージバウダー カレー粉 カレーフレーク ウスターソース 豚骨
	ゆで卵	卵			
	こんにゃくサラダ	ひじき ツナ	こんにゃく キャベツ にんじん ほうれん草	マヨネーズ 砂糖 ごま	淡口醤油 醤油 特濃酢
11月	赤飯	赤飯の素(28品目なし)		米 黒米	
	中身の吸い物	豚中身 豚肉	椎茸 こんにゃく 生姜		料理酒 醤油 シママース 豚骨 鰹節
	クープイリチ	昆布 豚肉 かまぼこ(大豆・卵)	切干大根	油	料理酒 醤油 みりん風 豚骨 鰹節
	モーウイの甘酢漬	モーウイ		砂糖	シママース 酢
12月	チルンコウ風蒸しパン	卵 牛乳 スキムミルク	くこの実 シークワーサー	小麦粉 ケーキミックス(小麦・大豆) 砂糖 油	ベーキングパウダー
	スパゲティナーポリタン	鶏肉 ウインナー	にんじん 玉ねぎ ピーマン しめじ にんにく トマト	スパゲティ 油 オリーブ油 砂糖	シママース ワイン ウージバウダー ケチャップ オレガノ バジル粉
	ポテトフライ	あおのり		じゃがいも かたくり粉 油	シママース
	シークワーサーサラダ	プレスハム	キャベツ 大根 豆苗 コーン シークワーサー	オリーブ油 砂糖	特濃酢 シママース こしょう
1月	オレンジ		オレンジ		
	麦ごはん			米 麦	
	バンジ鶏汁	バンジ鶏(鶏肉)	パパイア にんじん 小松菜 にんにく		醤油 料理酒 シママース 鰹節 鶏骨
	鯖のみそだれ	鯖 JAみそ	にんにく	砂糖 ごま油 ごま	料理酒 みりん風
2月	うま塩キャベツ	塩昆布(小麦・大豆)	キャベツ きゅうり にんじん	ごま油	淡口醤油
	コッペパン			コッペパン(小麦・乳・大豆)	
	あさりのクリームチャウダー	あさり スキムミルク 牛乳	冬瓜 にんじん 玉ねぎ 豆苗	じゃがいも 小麦粉 パター 生クリーム	ワイン シママース こしょう 鶏骨 ローレル葉
	お魚ナゲット	すり身(小麦・大豆) おから 豆腐 ひじき あおのり	玉ねぎ にんにく 生姜	砂糖 ごま油 かたくり粉 油	シママース こしょう 淡口醤油 ウージバウダー
3月	コールスローサラダ		キャベツ にんじん きゅうり レモン	油 マヨネーズ 砂糖	シママース こしょう 特濃酢
	バナナ		バナナ		
	クファージュシー	豚肉 カステラかまぼこ(卵・大豆) 昆布	にんじん 椎茸 ねぎ	米 むぎ ラード(豚)	シママース 醤油 みりん風 料理酒 鰹節 豚骨
	冬瓜とアーサーのみそ汁	アーサー JAみそ	冬瓜		鰹節
4月	スルル小から揚げシークワーサーかけ	スルル小【=きびなご】	シークワーサー	小麦粉 かたくり粉 油	料理酒
	ふちやぎ風	小豆		もち粉 さつまいも 砂糖	
	沖繩焼きそば	豚肉 チキアギ(卵・大豆)	キャベツ にんじん もやし 木くらげ 生姜	沖繩そば(小麦・大豆) 油	醤油 料理酒 シママース
	グルクンのから揚げシークワーサー添え	グルクン	シークワーサー	小麦粉 かたくり粉 油	シママース 料理酒
5月	島ヤサイのスーナー	ツナ 豆腐 甘口白みそ	ゴーヤー エンサイ パパイア	ごま	淡口醤油
	お月見ゼリー		シークワーサー パイン もも みかん	月星ゼリーミックス(オレンジ) 砂糖	パールアガー
	五穀ごはん			米 五穀(28品目なし)	
	クレープ	豚肉 かまぼこ(卵・大豆) 卵	冬瓜 ごぼう こんにゃく 椎茸		料理酒 醤油 みりん風 シママース 鰹節 豚骨
6月	豆腐のおろしだれ	豆腐	大根	油 砂糖	醤油 みりん風 鰹節
	野菜のシークワーサーみそ和え	かに風かまぼこ(28品目なし) 甘口白みそ	モーウイ きゅうり にんじん ほうれん草 シークワーサー	砂糖	シママース 酢
	カラキナッツトースト		りんご	食パン(小麦・乳・大豆) パター オリーブ油 アーモンド 砂糖 はちみつ	カラキナッツ
	ポークビーンズ	豚肉 大豆	玉ねぎ にんじん ピーマン トマト	じゃがいも 砂糖 油	ワイン ケチャップ シママース こしょう ウージバウダー オレガノ 豚骨
7月	野菜のシークワーサーディップ	甘口白みそ	大根 きゅうり にんじん シークワーサー	砂糖 かたくり粉 マヨネーズ	めんつゆ(大豆・小麦) 七味唐辛子(ごま)
	オレンジ		オレンジ		
	回鍋肉丼	豚肉	キャベツ ピーマン 玉ねぎ にんじん 生姜 にんにく	米 麦 油 ごま油 かたくり粉	シママース 料理酒 コチュジャン 甜面醤 醤油 みりん風
	粟米湯	鶏肉 卵	玉ねぎ コーン	じゃがいも かたくり粉 油	料理酒 淡口醤油 シママース こしょう 鶏骨
8月	ごまマシュマロ		レーズン	ごま アーモンド コーン フレーク マシュマロ(豚肉・ゼラチン) パター	シママース
	汁なし担々麺	豚肉 大豆	木くらげ にんじん 玉ねぎ 長ねぎ もやし 生姜 にんにく	中華麺(小麦・大豆) ごま油 油 砂糖 ごま	料理酒 ウージバウダー 甜面醤 豆板醤(28品目なし) ポークブイオン(豚肉・鶏肉) 醤油 酢
	じゃがいもの中華和え	ちくわ(小麦・大豆)	きゅうり 豆苗	じゃがいも 砂糖 ごま油 ごま	淡口醤油
	タピオカ豆腐	豆腐 鰹節	生姜	タピオカ粉 砂糖	淡口醤油 みりん風
9月	うまかつてん	うまかつてん(小麦・ごま・大豆)			
	麦ごはん			米 麦	
	ゴーヤーの佃煮	ちりめん 鰹節	ゴーヤー	砂糖 ごま	料理酒 醤油 みりん風 酢
	魚汁	赤魚 豆腐 JAみそ	豆苗		料理酒 鰹節
10月	パパイアイリチ	豚肉	パパイア【=パパイア】 にんじん ころ	油	料理酒 醤油 シママース ポークブイオン(豚肉・鶏肉)
	黒糖アガラサー	牛乳		強力粉 黒糖	重曹
	パーカーハウスパン			パーカーハウスパン(小麦・乳・大豆)	
	豆腐のミートローフ	鶏肉 牛肉 豆腐 おから 豆乳	たまねぎ ピーマン	パン粉(小麦) 砂糖	ウージバウダー シママース こしょう ナツメグ ケチャップ ウスターソース デミグラスソース
11月	にんじんスープ	いんげん豆 豆乳	にんじん 玉ねぎ パセリ	じゃがいも	シママース こしょう 鶏骨 ローレル葉
	コブサラダ	プレスハム チーズ	ブロッコリー 枝豆 キャベツ きゅうり 豆苗 ピーマン	マヨネーズ 砂糖	ケチャップ クミン チリパウダー コリアンダー
	みかん		みかん		
	ベーコン青菜のチーズ雑炊	ベーコン チーズ	玉ねぎ コーン ほうれん草	米 油	シママース 淡口醤油 鶏骨 ローレル葉
12月	きびなごのかりかりフライ	きびなごのかりかりフライ(28品目なし)		油	
	甘夏とキャロットラペ		にんじん 甘夏みかん	オリーブ油	シママース 特濃酢
	カステラ	卵 牛乳		砂糖 はちみつ 油 強力粉 小麦粉	ベーキングパウダー

※調味料・調理加工品にしましては、アレルギー28品目(乳・卵・小麦・そば・ピーナッツ・えび・かに・あわび・いか・いくら・オレンジ・キウイフルーツ・牛肉・くるみ・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン・バナナ・ごま・カシューナッツ・アーモンド)を表示しています。使用頻度の多い調味料は以下に記載します。 ※揚げ油(大豆)は、揚げ調理で複数回の調理に使用しています。

①醤油・淡口醤油(小麦・大豆)②酢・特濃酢(小麦)③ウスターソース(大豆・りんご)④カレーフレーク(小麦・大豆・牛肉・鶏肉)⑤デミグラスソース(小麦・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン)⑥マーガリン(乳・大豆・豚肉)
⑦バター(乳)⑧豆腐・豆乳・厚揚げ・おから・赤みそ・白みそ・油揚げ(大豆)⑨マヨネーズ(卵・大豆・りんご)⑩枝豆・もやし(大豆が原料)⑪ツナ(大豆)⑫JAみそ(大豆)⑬油(大豆)⑭オイスターソース(大豆 追記:かき)
⑮甜面醤(小麦・大豆)⑯コチュジャン(大豆)⑰プレスハム・ベーコン(乳・卵・大豆・豚肉)⑱ウインナー(小麦・乳・大豆・豚肉・牛肉)※もずく・あおさ等の海藻類やしらす等に(し)かやえび、(か)にの雑魚が混入あり