

○アレルギー表示について  
アレルギーは、表示義務食品・推奨食品にあわせて28品目を表示しています。

表示義務7品目	推奨21品目
卵・乳・小麦・えび・かに 落花生(ピーナッツ)・そば	アーモンド・あわび・いか・いくら・さけ・さば・牛肉・鶏肉・豚肉・ゼラチン・大豆・ごま・くるみ カシューナッツ・オレンジ・キウイフルーツ・バナナ・もも・りんご・まつたけ・やまいも

- しょうゆは(小麦・大豆)、酢・特濃酢は(小麦)、油は(大豆)の成分を含んでいます。表示はしていません。
- 海藻類(あおさ・アーサ、もずく、ひじき)、しらす、チリメン、カエリ(小魚)、あさりなどは、えび・かにの混入の可能性があります。
- 揚げ油は数回使用します。アレルギーで気になる方は、給食センターまでご連絡下さい。

※ 宜野湾市立学校給食センターのアレルギー除去対応食材は★マークで表示しており、給食センターでの対応は次の通りです。

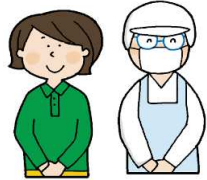
**(○) …対応可能 (×) …対応不可**

- ※ 除去食対応は、学校および給食センターと処遇会議を経て対応が決まった児童・生徒へ行うものです。
- ※ 食品衛生法に基づくアレルギー対応義務7品目(えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生)を表示しています。

- 食材、その他の都合により献立を変更することがあります。
- 学校給食費は、期限内に収めましょう。
- 給食予定(アレルギー詳細)献立表、給食だより等は、毎月宜野湾市学校給食センターのホームページに記載しています。

これから1年間、おいしく栄養ある給食を、給食センター職員一同力を合わせて、届けます★どうぞ宜しくお願い致します。

1年生の給食は  
4月15日(月)から開始です。



**献立表確認のお願い**

**給食で初めて食べる食材はありますか？**

食物アレルギーは、乳児がもつとも多く、年齢が上がると共に減少します。しかし、中には学童期以降にアレルギー症状があらわれる場合もあります。給食で初めて食べる食材がある場合は、体調のよい時に、まずは、家庭で食べることをおすすめします。

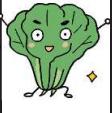
**【お知らせ】**  
物価高騰における食材費の確保及びバラエティ豊かで魅力ある給食を提供するため、毎月1～2回、給食に牛乳がない日があります。







1食当たりの栄養価(小学校) 基準値	エネルギー	650 Kcal	たんぱく質	27.0 g	脂質	18.0 g	炭水化物	96.0g
1食当たりの栄養価(中学校) 基準値	エネルギー	830 Kcal	たんぱく質	34.0 g	脂質	23.0 g	炭水化物	120 g

日	献立名	赤の食品 体の組織つくる たんぱく質・無機質	黄の食品 エネルギーとなる 炭水化物・脂質	緑の食品 体の調子を整える ビタミン類	その他調味料など	欠食
9日(火) お祝い献立	ぎゅうにゅう くろまいごはん	牛乳	米、黒米			小学校 1年生
	なかみじる	豚肉、豚中身		こんにゃく、しいたけ、ねぎ、生姜	しょうゆ、シママース、花かつお、ホーカスープ(豚肉・鶏肉)	
	クーピリチー	豚肉、かまぼこ(大豆)、昆布	三温糖、大豆油	千切大根、こんにゃく、にんじん	みりん、しょうゆ、シママース、花かつお、ホーカスープ(豚肉・鶏肉)	
	おいわいデザート		お祝いいちごゼリー(大豆)			

日	献立名	赤の食品 体の組織つくる たんぱく質・無機質	黄の食品 エネルギーとなる 炭水化物・脂質	緑の食品 体の調子を整える ビタミン類	その他調味料など	欠食
10日 (水)	ぎゅうにゅう むぎごはん	牛乳				小学校 1年生
	えのきととうふのみそしる	豆腐(大豆)	かたくりこ、ごま油(ごま・大豆)	えのきたけ、だいこん、にんじん、ほうれんそう、生姜	しょうゆ、シママース、こしょう、花かつお、丼がらす(鶏肉)	
	ピピンバ(にくみそ)	牛肉、豚肉、豚レバー、大豆、みそ(大豆)	三温糖、ごま油(ごま・大豆)、大豆油	しょうが、にんにく、たまねぎ、たけのこ、	酒、しょうゆ、みりん、トバツヤ、トバツヤ(大豆)、酢	
	ピピンバ(ナムル)		三温糖、ごま油(ごま・大豆)、ごま	もやし、にんじん、こまつな	しょうゆ、酢	
	ブルー			ブルー		
11日 (木)	ぎゅうにゅう きなこあげパン (乳 ×)	牛乳 きなこ(大豆)				小学校 1年生
	ラピオリいりトマトスープ	ラピオリ(小麦・鶏肉・豚肉・大豆)、大豆	★給食パン(小麦・乳・大豆)、大豆油、アーモンド、黒糖、三温糖			
	ブロッコリーのカレーソテー	豚肉、無添加ベーコン(豚肉)	じゃがいも、大豆油	にんじん、たまねぎ、だいこん、にんにく、トマト	トマトケチャップ、ホーカラス(豚肉・鶏肉)、ウスターソース、シママース、こしょう	
12日 (金)	ぎゅうにゅう ごはん	牛乳				小学校 1年生
	はるさめスープ	鶏肉	春雨、ごま油(ごま・大豆)	白菜、にんじん、こまつな、生姜	シママース、しょうゆ、丼がらす(鶏肉)、花かつお	
	レバニラいため	豚レバー	大豆油、三温糖、かたくりこ	もやし、たまねぎ、にんじん、にら、しょうが、にんにく	しょうゆ、シママース、こしょう、オイスターソース	
	きよみみかん			きよみみかん		
15日 (月)	ぎゅうにゅう むぎごはん	牛乳				小1給食スタート
	ポークカレー	豚肉	じゃがいも、小麦粉、ごま油、三温糖、大豆油	にんじん、たまねぎ、かぼちゃ、トマト、しょうが、にんにく	カレールウ(小麦)、カレー粉、チャツネ(りんご)、デシラサス(小麦・鶏肉)、ウスターソース、シママース、丼がらす(鶏肉)	
	だいこんのはちみつ レモンづけ		はちみつ、三温糖	だいこん、にんじん、レモン	酢、シママース	
	あまなつ (柑橘系のくだもの) ※小1以外			あまなつ		
	おめでとうデザート ※小1のみ		おいしいちごゼリー(大豆)			
16日 (火)	ぎゅうにゅう ゆかりごはん	牛乳				小学校 1年生
	さかなソーメンじる	魚ソーメン、もずく				
	とりにくとかぼちゃ のもの	鶏肉、ちくわ(大豆)	じゃがいも、三温糖、大豆油	かぼちゃ、たまねぎ、さやいんげん	酒、みりん、しょうゆ、シママース、花かつお、だし昆布	
	おうとう			黄桃		



日	献立名	赤の食品 体の組織つくる たんぱく質・無機質	黄の食品 エネルギーとなる 炭水化物・脂質	緑の食品 体の調子を整える ビタミン類	その他調味料など	欠食
17日 (水)	ぎゅうにゅう ミートスパゲティ	牛乳 牛肉、豚肉、鶏レバー、大豆	スパゲティ(小麦)、三温糖、大豆油	にんじん、たまねぎ、ピーマン、セロリ、マッシュルーム、にんにく、トマト	トマトケチャップ、デジソース(小麦・鶏肉)、ウスターソース、赤ワイン、シママース、ホーカソース(豚肉・鶏肉)	
	やさいコロッケ	国産野菜コロッケ(小麦・大豆)	大豆油			
	ビーンズサラダ	ひよこ豆、青えんどう豆、レッドキドニー	ナッツマヨネーズ(大豆)、ごま、三温糖	ブロッコリー、カリフラワー、コーン、キャベツ	しょうゆ、酢	
	ミニフィッシュ (中学校のみ)	カタクチイワシ				
18日 (木)	ぎゅうにゅう もちきびごはん	牛乳	米、もちきび			
	わかめスープ	わかめ、豆腐(大豆)	ごま油(ごま・大豆)	だいこん、えのきたけ、長ねぎ、生姜	酒、しょうゆ、シママース、花かつお、丼ソース(鶏肉)	
	スタミナどん	豚肉	三温糖、かたくりこ、ごま油(ごま・大豆)、大豆油	しょうが、にんにく、たまねぎ、にんじん、糸こんにゃく、にんにくの芽	酒、みりん、しょうゆ、シママース、ホーカソース(豚肉・鶏肉)	
	バナナ			バナナ		
19日 (金)	ごはん イナムドゥチ		米			
	パパイヤイリチー	豚肉、かまぼこ(大豆)、みそ(大豆)	ごま	しいたけ、冬瓜、こんにゃく	酒、花かつお、ホーカソース(豚肉・鶏肉)	
	さかなのシークワサーソース	ツナフレーク(大豆)、チキアギ(大豆)、厚揚げ(大豆)	大豆油	パパイヤ、にんじん、にら	花かつお、しょうゆ、シママース、こしょう	
	ジョア (乳 X)	さば	三温糖、かたくりこ	シークワサー	しょうゆ	
22日 (月)	ぎゅうにゅう むぎごはん	牛乳	米、麦			
	だいこんのみそしる	豆腐(大豆)、みそ(大豆)		だいこん、にんじん、こんにゃく、えのきたけ、ごまつな	花かつお	
	もずくどん	もずく、豚肉、大豆	三温糖、かたくりこ、大豆油	にんじん、たまねぎ、赤パプリカ、黄パプリカ、コーン、にんにく、しょうが	酒、みりん、しょうゆ、シママース、ホーカソース(豚肉・鶏肉)	
	ココアだいず	大豆	三温糖、ココア			
23日 (火)	ぎゅうにゅう ごはん	牛乳	米			
	シカムドゥチ	豚肉、かまぼこ(大豆)		冬瓜、こんにゃく、しいたけ、生姜	しょうゆ、シママース、花かつお、ホーカソース(豚肉・鶏肉)、昆布だし	
	タマナーチャンプルー	豚肉、厚揚げ(大豆)、糸けすり	麩(小麦)、大豆油	キャベツ、たまねぎ、にんじん	しょうゆ、シママース、こしょう	
	さかなのしょうがやき	まぐろ	三温糖	しょうが	しょうゆ、みりん、酒	

日	献立名	赤の食品 体の組織つくる たんぱく質・無機質	黄の食品 エネルギーとなる 炭水化物・脂質	緑の食品 体の調子を整える ビタミン類	その他調味料など	欠食
24日 (水)	ぎゅうにゅう バーガーパン(乳×)	牛乳	★給食パン(小麦・乳・大豆)			
	ベジタブルスープ	無添加ベーコン(豚肉)	マカロニ(小麦)、じゃがいも	たまねぎ、えのきたけ、こまつな	しょうゆ、シママース、こしょう、*カ'ラ'ブ(鶏肉)、花かつお	
	ハンバーグのトマトソースがけ	★国産ミートハンバーグ(大豆・鶏肉・豚肉)	三温糖、かたくりこ	にんにく、しょうが、たまねぎ、トマト	トマトケチャップ、トマトソース(大豆)、ウスターソース	
	はるやさいサラダ			キャベツ、だいこん、にんじん、きゅうり、アスパラ	フレンチドレッシング	
	スライスチーズ(乳 ×)	★チーズ(乳)				
25日 (木)	ぎゅうにゅう むぎごはん	牛乳	米、麦			
	にくじゃが	豚肉、大豆	じゃがいも、三温糖、大豆油	しょうが、にんじん、糸こんにゃく、たまねぎ、さやいんげん、しいたけ	しょうゆ、みりん、酒、シママース、花かつお	
	ひじきのツナあえ	ひじき、ツナフレーク(大豆)	三温糖	きゅうり、もやし、コーン、あお豆(大豆)	しょうゆ、酢	
	れいとうみかん			みかん		
26日 (金)	ぎゅうにゅう おきなわそば(めん)	牛乳	沖縄そば(小麦)			宜野湾小
	おきなわそば(しる)	豚肉、かまぼこ(大豆)		ねぎ、生姜	酒、しょうゆ、みりん、シママース、*カ'ラ'ブ(豚肉・鶏肉)、花かつお	
	チキナーチャンプルー	厚揚げ(大豆)、ツナフレーク(大豆)	麩(小麦)、大豆油	からしな、もやし、にんじん	しょうゆ、シママース	
	べにいもだいふく		紅芋大福(ごま、豚肉、牛肉、大豆)、大豆油			
30日 (火)	むぎごはん		米、麦			
	とうがのみそしる	豚肉、豆腐(大豆)、みそ(大豆)		にんじん、冬瓜、えのきたけ、ねぎ	花かつお	
	こいわしのからあげ	いわし	小麦粉、大豆油		シママース	
	ヌンクーグッ	豚肉、チキアギ(大豆)、油揚げ(大豆)	大豆油	だいこん、にんじん、こまつな	酒、みりん、しょうゆ、シママース、*カ'ラ'ブ(豚肉・鶏肉)	
	ヨーグルト(乳 ×)	元気ヨーグルト(乳・ゼラチン)				

きょうしやく じゅんび  
給食の準備、しっかりできてる？



かたづけ



手洗い



当番の服そう



令和6年

きゅうしょくはい ず



宜野湾学校給食センター

# 4月の給食配ぜん図

★こんだて た もの なまえ し献立や食べ物の名前を知ろう★

<p>4月8日 (月) しぎょうしき</p>	<p>4月9日 (火) しんきゅういわいこんだて</p> <p>おいわいデザート くろまいごはん</p> <p>クーブイリチー なかみじる</p>	<p>4月10日 (水)</p> <p>ビビンバ (にくみそ・ナムル) プルーン</p> <p>むぎごはん えのきととうふのスープ</p>	<p>4月11日 (木)</p> <p>ブロッコリーのカレーソテー</p> <p>きなこあげパン ラビオリいりトマトスープ</p>	<p>4月12日 (金)</p> <p>きよみみかん ごはん</p> <p>レパニラいため はるさめスープ</p>
<p>4月15日 (月) 小1きゅうしょくスタート</p> <p>あまなつ (小1以外) おいわいデザート (小1)</p> <p>だいこんのはちみつ レモンづけ</p> <p>むぎごはん ポークカレー</p>	<p>4月16日 (火)</p> <p>おうとう ゆかりごはん</p> <p>とりにくと かぼちゃのもの</p> <p>さかなソーメンじる</p>	<p>4月17日 (水)</p> <p>ミニフィッシュ (中学校のみ)</p> <p>やさいコロッケ ミートスパゲティ</p> <p>ピーンスラダ</p>	<p>4月18日 (木)</p> <p>スタミナどん もちきびごはん</p> <p>バナナ ごはんのうえにのせてね</p> <p>わかめスープ</p>	<p>4月19日 (金) しょくいくのひ</p> <p>パパイアイリチー ごはん</p> <p>さかなのシークァーサーソース イナムドウチ</p> <p>ジョア</p>
<p>4月22日 (月) しゅんのもずく</p> <p>もずくどん むぎごはん</p> <p>ココアだいず だいこんのみそしる</p> <p>ごはんのうえにのせてね</p>	<p>4月23日 (火)</p> <p>タマナーチャンプルー ごはん</p> <p>さかなのしょうがやき シカムドウチ</p>	<p>4月24日 (水)</p> <p>スライスチーズ はるやさいサラダ</p> <p>ハンバーグのトマトソースがけ はさんでたべてね</p> <p>バーガーパン ベジタブルスープ</p>	<p>4月25日 (木)</p> <p>れいとうみかん むぎごはん</p> <p>ひじきのツナあえ にくじゃが</p>	<p>4月26日 (金)</p> <p>べにいもだいふく おきなわそば(めん)</p> <p>チキナーチャンプルー おきなわそば(しる)</p>
<p>4月29日 (月) しょうわのひ</p>	<p>4月30日 (火)</p> <p>ヨーグルト むぎごはん</p> <p>ヌンクーグウ とうがんのみそしる</p> <p>こいわしのからあげ</p>	<p>はいぜんずをみて もりつけをしましよ</p> <div style="border: 2px dashed black; padding: 10px;"> <p>給食<small>きゅうしょく</small>の献立は <b>赤・黄・緑</b>がそろっています!</p> <p>成長期<small>せいちょうき</small>のみなさんが健康<small>けんこう</small>で元気<small>げんき</small>に毎日<small>まいにち</small>をすごせるように、おいしくて栄養<small>えいよう</small>バランス<small>ばらんす</small>がよい献立<small>けんたて</small>をつくっています!</p> </div>		