

日	曜日	こ ン だ て	食 品 材 料 名	揚げ油
1	火	ごはん	米	
		タマナーチャンプルー	★豚肉 ★ツナフレーク ★豆腐 にんじん もやし きゃべつ からしな ★大豆油 ★しょうゆ ★食塩 こしょう にんにく	
		もずくのみそ汁	だいこん にんじん ★油揚げ もずく(※もずくの養殖場にはヨコエビ類が生息しています。※ヨコエビは食品衛生法で定められているエビ(十脚目)とは異なり、食物アレルギーの表示対象外です) 青ねぎ かつおだし ★白みそ	
2	水	コッペパン	★小麦粉 ★脱脂粉乳 砂糖 ★ショートニング(★大豆) イースト 食塩 ※工場内で、★卵 ★ごま を含む製品を製造しております	
		ココアあげパン(南風中)	★小麦粉 ★脱脂粉乳 砂糖 ★ショートニング(★大豆) イースト 食塩 ※工場内で、★卵 ★ごま を含む製品を製造しております ★大豆油 三温糖 黒糖 ココア ★アーモンド(※本工場にて、★くるみ ★カシューナッツ を生産しております)	
		さつまいもときのこのシチュー	★無塩せきベーコン ★鶏肉 たまねぎ にんじん さつまいも マッシュルーム 白いんげん豆 パセリ ★チキンがらすープ ★大豆油 ★小麦粉 ★脱脂粉乳 白ワイン こしょう 食塩	①
		キャベツ入り平つくね	キャベツ ★鶏肉 ★豚脂 でん粉 えんどう豆たん白 砂糖 発酵調味料 食塩 鰹節 しょうが 酵母エキス 香辛料 ※本工場では、★乳成分、★卵、★小麦を使用した製品を製造しています	
3	木	ごはん	米	
		きんぴらごぼう	★豚肉 ごぼう にんじん こんにゃく ピーマン 白かまぼこ ★チキンがらすープ ★大豆油 ★しょうゆ 料理酒 みりん風調味料 ★ごま油 ★白ごま ★七味唐辛子 三温糖 食塩	
		大根のそぼろ汁	★豚肉 ★鶏肉 だいこん にんじん 昆布 青ねぎ しょうが ★しょうゆ みりん風調味料 食塩 かつおだし	
4	金	ごはん	米	
		タコライス	★豚肉 ★まめプラス(★大豆) ★豚レバー ★大豆 たまねぎ にんじん コーン 赤ピーマン ピーマン ケチャップ トマトピューレ ★タコライスソース (トマトペースト イソマルトオリゴ糖シロップ トマト 醸造酢 食塩 レモン果汁 砂糖 水あめ クミン 唐辛子 オニオン ピーマン 加工黒糖 オレガノ コリアンダー バジル たん白加水分解物 クロップ ガーリック 増粘剤 (一部に★小麦★大豆を含む)) チリパウダー (唐辛子 食塩 クミン オレガノ ガーリック) チリソース (トマト ぶどう糖果糖液糖 ぶどう糖 砂糖 たまねぎ 醸造酢 食塩 香辛料 にんにく) ウスターソース 食塩 こしょう ★大豆油	
		わかめスープ	ちくわ ★豆腐 わかめ もやし 青ねぎ かつおだし ★しょうゆ 食塩 しょうが	
		スライスチーズ	★ナチュラルチーズ ★乳化剤 重曹	
		沖繩そば(麺)	★小麦粉 食塩 植物油 かんすい クチナシ色素 ※本工場では★そば ★卵を含む製品を製造しています	
7	月	沖繩そば(汁)	大丸かまぼこ ★がらすープ かつおだし ★しょうゆ 食塩	
		やさいそば(野菜いため)	★豚肉 にんじん もやし たら きのこ ★大豆油 にんにく 食塩 ★しょうゆ こしょう	
		紅芋団子	紅芋ペースト もち粉 ★白ごま 砂糖 白玉粉 還元水あめ ★ラード (★豚肉★牛肉★大豆) 食塩 ★大豆油	
		ごはん	米	
8	火	厚揚げのオイスター炒め	★絹厚揚げ ★豚肉 はくさい たまねぎ にんじん きくらげ たけのこ 絹さや ★大豆油 オイスターソース ★しょうゆ 料理酒 ★ごま油 しょうが にんにく 三温糖 でん粉	
		中華コーンスープ	★鶏肉 たまねぎ コーン クリームコーン (スイートコーン 食塩 増粘剤) 長ねぎ ★卵 かつおだし ★チキンがらすープ 食塩 ★しょうゆ こしょう でん粉	
		黒米ごはん	米 黒米	
9	水	クレープイリチー	★豚肉 白かまぼこ 昆布 こんにゃく にんじん ★がらすープ ★大豆油 ★しょうゆ みりん風調味料 料理酒 食塩 三温糖 かつおだし	
		なかみ汁	★豚肉 ★鶏肉 しいたけ こんにゃく かつおだし ★がらすープ ★しょうゆ しょうが 食塩	
		ごはん	米	
10	木	キャロットピラフ	米 たまねぎ ★無塩せきベーコン ★鶏肉 マッシュルーム 黄ピーマン ★えだまめ(★大豆) 人参ピューレ ★大豆油 にんにく ★がらすープ 白ワイン ★コンソメ粉末 食塩 こしょう オリーブ油 さとうきび	
		豆腐野菜ハンバーグ	★植物性たん白(★大豆) ★鶏肉 たまねぎ ★豆腐 にんじん ★えだまめ(★大豆) 乾燥マッシュポテト おろししょうが 砂糖 食塩 ★魚エキス(★さば) 加工でん粉 セルロース 豆腐用凝固剤 ※本品製造工場では★小麦★卵★乳成分を含む製品を製造しています	
		ブルーベリーゼリー	ブルーベリー果汁 砂糖・ぶどう糖果糖液糖 ぶどう糖 ゲル化剤(増粘多糖類) 酸味料 乳酸Ca ビタミンC クエン酸Na 香料 ビタミンA	
11	金	ごはん	米	
		大豆入りそぼろ飯(具)	★豚肉 ★鶏肉 ★まめプラス(★大豆) ★大豆 赤ピーマン ピーマン たまねぎ コーン しらす干し(いわし類の稚魚 食塩 ※本品で使用している原料の魚は★えび★かにが混ざる漁法で採取しています) ★大豆油 料理酒 みりん風調味料 三温糖 ★しょうゆ 食塩 しょうが にんにく	
		じゃがいものみそ汁	★鶏肉 ★油揚げ にんじん じゃがいも しめじ こまつな かつおだし ★白みそ	
15	火	ごはん	米	
		鶏肉と大根のみそ煮	★鶏肉 ちきあぎ ★絹厚揚げ だいこん にんじん こんにゃく こまつな いんげん ★がらすープ ★白みそ ★赤みそ ★大豆油 料理酒 みりん風調味料 三温糖 でん粉	③廃棄
		小魚からあげ	ヨーロッパキジナゴ ★大豆油 でん粉 味噌こしょう(食塩 こしょう コーングリッツ 上新粉 調味料(アミノ酸等) でん粉 酵母エキス)	
16	水	ごはん	米	
		ハヤシライス	★豚肉 にんじん たまねぎ マッシュルーム セロリ コーン グリンピース ★ハヤシルー ★小麦粉 ★大豆油 ★脱脂粉乳 ★デミグラスソース ケチャップ にんにく こしょう 食塩 さとうきび	
		パイン缶	パインアップル 砂糖 酸味料	
17	木	ごはん	米	
		にんじんシリシリ	にんじん たまねぎ ごぼう たら ★ツナフレーク ★卵 ★大豆油 ★しょうゆ にんにく 食塩	
		チムシنج	★豚肉 ★豚レバー じゃがいも だいこん にんじん 青ねぎ かつおだし にんにく 食塩 ★しょうゆ	
18	金	コッペパン	★小麦粉 ★脱脂粉乳 砂糖 ★ショートニング(★大豆) イースト 食塩 ※工場内で、★卵 ★ごま を含む製品を製造しております	
		ココアあげパン(南風原中)	★小麦粉 ★脱脂粉乳 砂糖 ★ショートニング(★大豆) イースト 食塩 ※工場内で、★卵 ★ごま を含む製品を製造しております ★大豆油 三温糖 黒糖 ココア ★アーモンド(※本工場にて、★くるみ ★カシューナッツ を生産しております)	
		豆乳スープ	★鶏肉 たまねぎ にんじん こまつな しめじ じゃがいも ★チキンがらすープ ★豆乳 クリームコーン (スイートコーン 食塩 増粘剤) ★大豆油 食塩 こしょう	
		オムレツ	★液卵白 ★乾燥卵 果糖ぶどう糖液糖 食塩 ゼラチン 加工でん粉 PH調整剤 カロチノイド色素 (一部に★大豆を含む)	
21	月	ごはん	米	
		千切りイリチー	★豚肉 にんじん だいこん こんにゃく 白かまぼこ 昆布 しいたけ いんげん ★大豆油 ★がらすープ 料理酒 みりん風調味料 ★しょうゆ 三温糖 食塩 かつおだし	
		鶏汁	★鶏肉 にんじん とうがん 昆布 こまつな かつおだし ★しょうゆ 食塩	
22	火	ごはん	米	
		肉じゃが	★豚肉 にんじん たまねぎ じゃがいも こんにゃく いんげん ★大豆油 ★しょうゆ 料理酒 みりん風調味料 三温糖 食塩 かつおだし	
		ごぼうのごまみそ汁	ごぼう こんにゃく ★油あげ ★豆腐 青ねぎ かつおだし しょうが ★白ごま ★白みそ	
23	水	ごはん	米	
		マーボー豆腐	★豆腐 ★豚肉 ★まめプラス(★大豆) にんじん たまねぎ たら しいたけ ★大豆油 ★ごま油 にんにく しょうが トウバンジャン オイスターソース ★中華ベース(麻婆豆腐) ★赤みそ 三温糖 ★がらすープ ★しょうゆ でん粉	
		肉まん	きゃべつ たまねぎ 青ねぎ ★鶏肉 ★豚脂肪 ★しょうゆ 砂糖 ★小麦粉 ★調整ラード 香味油(植物油類 おろしにんにく) ★ごま油 おろししょうが 中国醤油 老酒 ★鶏がらすープ 香辛料 食塩 調味料(アミノ酸等) イースト 膨張剤 (一部に★大豆★乳成分含む) ※当工場では★えび★かに★卵を含む製品を生産しています	
		みかん(小学校)	みかん	
24	木	ごはん	米	
		すきやき風煮	★豚肉 ★豆腐 こんにゃく にんじん たまねぎ はくさい ほうれんそう 長ねぎ ★大豆油 料理酒 みりん風調味料 ★しょうゆ にんにく 三温糖 食塩 かつおだし	②
		芋かりんとう	さつまいも ★大豆油 三温糖	
25	金	秋の香りごはん	米 小麦 ★鶏肉 ★油揚げ 栗煮(くり 砂糖 ビタミンC クチナシ黄色素) さつまいも しめじ にんじん こんにゃく ★えだまめ(★大豆) 青ねぎ ★大豆油 ★しょうゆ 食塩 ★チキンがらすープ かつおだし(かつおぶし マグロ節 かつおエキス 酵母エキス) みりん風調味料	
		いかフライ	★いか 食塩 ★パン粉(★小麦★大豆) ★小麦粉 ★でん粉(★小麦) 増粘剤(加工デンプン グアーガム) 調味料(アミノ酸) 乳化剤 加工デンプン製剤 ※本品製造工場では★卵 ★乳成分★えびを含む製品を生産しています	
		カルフィッシュ	いりこ(片口いわし)(※片口いわしは★えび★かにを食べています) 澱粉分解物 砂糖 米粉 ※工場内で★乳、★小麦、★カシューナッツ、★くるみ、★ごま、★さけ、★大豆、★鶏肉、★りんご、★アーモンドを使用した製品を製造しています	
		みかん(幼稚園)	みかん	
28	月	コッペパン	★小麦粉 ★脱脂粉乳 砂糖 ★ショートニング(★大豆) イースト 食塩 ※工場内で、★卵 ★ごま を含む製品を製造しております	
		チキンのトマトペンネ	★鶏肉 にんじん たまねぎ ★マカロニ(★小麦) 黄ピーマン ピーマン マッシュルーム トマトダイス(トマト トマトピューレ クエン酸) ケチャップ ★デミグラスソース ★大豆油 ウスターソース にんにく こしょう 三温糖 食塩	
		野菜スープ	★鶏肉 たまねぎ にんじん じゃがいも ブロッコリー かつおだし ★がらすープ ★チキンがらすープ にんにく こしょう 食塩	
		みかん(中学校)	みかん	
29	火	ごはん	米	
		もやし炒め	★豚肉 もやし にんじん たら きくらげ ★大豆油 にんにく 食塩 ★しょうゆ こしょう	
		芋の子汁	★豚肉 里芋 にんじん たまねぎ わかめ ★油あげ かつおだし ★白みそ	
30	水	中華風吹き込みごはん	米 もち米 ★鶏肉 ちくわ にんじん ★えだまめ(★大豆) ★油揚げ こんにゃく きくらげ しいたけ ★大豆油 ★ごま油 ★がらすープ オイスターソース みりん風調味料 食塩 さとうきび	
		さばのごま焼き	さば ★しょうゆ 三温糖 みりん風調味料 しょうが ★白ごま	
		ヨーグルト	★生乳 ★乳製品 砂糖 ★乳たんぱく質 香料	
31	木	ごはん	米	
		ハンバーグのソースかけ	★ハンバーグ(★豚肉 ★鶏肉 たまねぎ ★粒状植物性たん白(★大豆) ★豚脂 難消化性デキストリン 果糖ぶどう糖果糖液糖 でん粉 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 ★チキンイオン 加工でん粉 クエン酸Na) たまねぎ セロリ ケチャップ ★デミグラスソース 三温糖	
		パンパキンスープ	★鶏肉 たまねぎ かぼちゃ パセリ ★大豆油 ★小麦粉 ★脱脂粉乳 こしょう 食塩 ★チキンがらすープ さとうきび	

2024

10月 献立表（食材別アレルギー）

南風原給食センター

098-889-3691

★スパゲティ（めん）	★小麦粉 ★植物性たん白製剤（★小麦） ★小麦たん白（★小麦） ★植物油（★大豆） 食塩 焼成Ca クチナシ色素 ※本製品は、★卵 を使用した設備で製造しております
★鶏レバーそば	★鶏レバー 砂糖 塩 ジンジャー ホワイトペッパー ローレル
★無塩せきウインナー	★豚肉 塩 さとう 酵母エキス シーフオス プロテイン ペパー オニオン ガーリック ナツメグ 水あめ でんぷん
★無塩せきベーコン	★豚肉 塩 香辛料 さとう
★デリカハム	★豚肉 でんぷん ★ラード ★大豆たんぱく 食塩 砂糖 ぶどう糖 リン酸塩 ★カゼインNa（★乳） 酢酸Na pH調整剤 ★くん液（★大豆） 酸化防止剤 ミヨウバン コチニール色素 発色剤
★ツナフレーク	きはだまぐろ ★大豆油 塩 野菜エキス 調味料（アミノ酸）
★マーガリン	食用植物油 食用精製加工油脂 食用動物油脂 ★発酵乳 塩 ★乳化剤（★大豆） 酸化防止剤 アナトー色素 香料
白かまぼこ・大丸かまぼこ	スケソウダラすり身 イトヨリダイすり身 さとう トウモロコシでんぷん 馬鈴薯でんぷん 塩 調味料 pH調整剤（貝Ca）
黄かまぼこ	スケソウダラすり身 イトヨリダイすり身 さとう トウモロコシでんぷん 馬鈴薯でんぷん 塩 クチナシ色素 調味料 pH調整剤（貝Ca）
チキアギ	イトヨリダイすり身 エソすり身 スケソウダラすり身 食塩 砂糖 トウモロコシでんぷん 馬鈴薯でんぷん 調味料 pH調整剤（貝Ca） ごぼう
ちくわ	スケソウダラすり身 イトヨリダイすり身 さとう 菜種油 トウモロコシでんぷん 馬鈴薯でんぷん キシロース 塩 調味料 pH調整剤（貝Ca）
なると	スケソウダラすり身 イトヨリダイすり身 さとう トウモロコシでんぷん 馬鈴薯でんぷん 紅麴色素 塩 調味料 pH調整剤（貝Ca） 菜種油
魚そうめん	スケソウダラすり身 イトヨリダイすり身 さとう トウモロコシでんぷん 馬鈴薯でんぷん 塩 調味料 pH調整剤（貝Ca）
ポール天	スケソウダラすり身 イトヨリダイすり身 エソ さとう トウモロコシでんぷん 馬鈴薯でんぷん 塩 調味料 pH調整剤（貝Ca）
★かにぼろし	スケソウダラすり身 さとう トウモロコシでんぷん 馬鈴薯でんぷん 塩 ★カニエキス 調味料 pH調整剤（貝Ca） 紅麴色素
★絹厚あげ	★大豆 植物油 加工デンプン 凝固剤 酵素
★煮干しだし	いわし あじ かつお ★さば 昆布 しいたけ ※本製品で使用している魚類は、★えび ★かにを食べています。
★デミグラスソース	★ブラウンルウ（★小麦粉） トマトペースト 玉ねぎ ★チキンエキス にんじん さとう 酵母エキス でんぷん（とうもろこし） 塩 黒こしょう ※本品の製造工場では、★えび ★かに ★卵 ★乳成分 ★落花生を含む製品を生産しています。
★ドライカレーペースト	★牛肉 ★豚肉 たまねぎ 香辛料 にんじん ★リンゴピューレ ★ラード 砂糖 塩 ガーリック ★ナチュラルチーズ トマトペースト ★小麦粉 アミノ酸 ※本品の製造工場では、★えび ★かに ★卵 ★落花生を含む製品を生産しています。
ウスターソース	トマト たまねぎ にんじん ねぎ マッシュルーム にんにく シャロット さとう ぶどう糖果糖液糖 醸造酢 塩 香辛料 たんぱく加水分解物
★しょうゆ	★小麦 ★大豆 食塩
★うすくちしょうゆ	食塩 ★脱脂加工大豆 ★小麦 果糖ぶどう糖液糖 米 ★大豆 アルコール
みりん風調味料	水あめ 米発酵調味液 醸造酢 酸味料
ケチャップ	トマト ぶどう糖果糖液糖 醸造酢（さとうきび、とうもろこし、キャッサバ） 塩 たまねぎ 香辛料
オイスターソース	魚介エキス（かきエキス ほたてエキス 魚醤） かき さとう 水あめ 食塩 酒精 加工でんぷん たんぱく加水分解物 ごんぶエキス 酵母エキス
★がらスープ	★豚骨・鶏骨・鶏肉スープ ★豚脂（ラード） 酵母エキス ★りんご 調味料（アミノ酸等） 酸化防止剤（ビタミンE）
★チキンがらスープ	★鶏骨・鶏肉スープ ★チキンエキス 酵母エキス アミノ酸
★カレールウ	★小麦粉 ★ラード バーム油 ぶどう糖 砂糖 塩 カレー粉 トマトペースト ★牛肉エキス ★オニオンパウダー（★大豆 ぶどう糖） ガーリックパウダー（デキストリン 炭酸Ca） ★チキンエキスパウダー（★チキンエキス（★鶏肉） デキストリン 塩 ビタミンE） クロップ コリアンダー コーンパウダー ジンジャー カラメル色素 アミノ酸 ※同一製造ライン上で別製品も製造しております（★乳 ★豚肉） ※製造前後に清掃の実施しております
★ハヤシルウ	★小麦粉 ★食用油脂（★ラード バーム油） 食塩 砂糖 ぶどう糖 トマトペースト オニオンパウダー（★脱脂大豆 ぶどう糖） ガーリックパウダー ★牛肉エキス ペッパー 米粉 コーンパウダー シナモン アミノ酸 カラメル色素 ※同一製造ライン上で別製品も製造しております（★乳 ★豚肉 ★鶏肉） ※製造前後に清掃の実施しております
★テンメンジャン	★みそ さとう ★しょうゆ ★植物油（★小麦 ★大豆 ★ごま）
トウバンジャン	唐辛子 そら豆 塩 酒精 ビタミンC
★中華ベース（麻婆豆腐）	★しょうゆ（★小麦 ★大豆） でんぷん（とうもろこし） オイスターエキス 砂糖 ★ポークエキス調味料（★豚肉 ★牛肉 ★大豆 ★ゼラチン とうもろこし ★ごま） 還元澱粉糖化物 トマトケチャップ 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（★牛肉） ★食用風味油（★ごま） こしょう デキストリン ★豆板醤（★小麦粉 ★大豆） 調味料（アミノ酸） 酒精 糊料 カラメル色素 パブリカ色素 香料
★フルーツチャツネ	糖類（水あめ、ブドウ糖、砂糖） ★りんご加工品 デーツピューレ 醸造酢 香辛料 にんにく 塩 酸味料
★赤みそ	大麦 ★大豆 塩 酒精
★白みそ	米 ★大豆 塩 酒精 アミノ酸 次亜硫酸ナトリウム 甘草 ビタミンB2
★甘口白みそ	米 ★大豆 塩 水あめ 酒精 次亜硫酸ナトリウム ステビア ビタミンB2
★黄みそ	大麦 ★大豆 食塩 酒精 アミノ酸 甘草
★ごま油	★食用ごま油（★ごま） 食用なたね油
★七味唐辛子	唐辛子 陳皮 ★ごま 山椒 けしの実 青のり しょうが
★コンソメ粉末	食塩 デキストリン 砂糖 ★たんぱく加水分解物（★大豆） 食用植物油 野菜エキスパウダー ★ビーフエキスパウダー 香辛料 アミノ酸 カラメル色素 香料
★ミツカン酢	★小麦 米 コーン アルコール 食塩 酒かす
カレー粉	コリアンダー ターメリック ブラックペッパー クミンシード フェヌグリーク
白ワイン・赤ワイン	濃縮還元ぶどう果汁（外国産） 輸入ワイン 酸化防止剤

参考

※献立別に材料を表示しました。 使用頻度の高い加工品、調味料については「参考」欄をご覧ください。
 ※アレルギー表示が義務および推奨されている28品目については、★印で表示しています。
 ※都合により献立を変更することがありますが、ご了承ください。
 ※揚げ油に使用する油は約3～4回程度、同一の油を使用しています。

各学級担任・保護者の方へ
 食物アレルギーを持つ園児・児童・生徒がいる学級、ご家庭では、必ずアレルギー表を両面確認するようお願いいたします。

