






2020
5月

献立表 (アレルギー)

南城市学校給食センター

★=アレルギー食品、C=エネルギー、P=タンパク質、F=脂肪

日	曜日	こ ん だ て	食材	調味料	栄養価	
					小学校	中学校
25	月	 きびごはん マーボー豆腐 ★豆・豚・麦・ご・牛・せ・鶏	こめ、もちきび		C 736	C 911
			★とうふ、★ぶたにく、にんじん、たまねぎ、にら、きくらげ たけのこ、しょうが	★赤みそ、★だいたい油、さとう、★ごま油 デンプン、にんにく、★しょうゆ、豆板醤 シマース、★マーボー豆腐の素、★ボーグイソ オイスターソース	P 26.6	P 31.8
			はるまき ★麦・エ・豆・鶏・豚・ご	★バリバリはるまき	F 27.5	F 31.7
			オレンジ ★オ	★オレンジ		
26	火	 ごはん とんじる ★豚・豆 ごまあえ ★ご・麦・豆 タンドリリーチキン ★鶏・乳	こめ		C 630	C 727
			★ぶたにく、★とうふ、にんじん、ごぼう、だいこん、長ねぎ じゃがいも、こんにゃく	花かつお、★白みそ、★赤みそ	P 26.7	P 30.4
			ごまつな、もやし、きゅうり、にんじん、ごま	★しょうゆ、さとう、みりん	F 17.3	F 18.9
			★とりにく、★ヨーグルト	加ー粉、チパウダー、シマース、コショウ、 にんにく、さとう		
27	水	 わかめごはん ゆし豆腐 ★豆・麦 フーリチ ★麦・卵・豚・鶏・豆 メロン	こめ、たきこみわかめ		C 633	C 753
			★ゆし豆腐、ねぎ	花かつお、★しょうゆ、シマース	P 26.4	P 30.4
			★ふ、★たまご、★ポーク、★ツナ、にんじん、キャベツ、にら	★だいたい油、シマース、コショウ、★しょうゆ	F 16.9	F 20.0
			メロン			
28	木	 フーチパージュシー ★豚・豆・麦・鶏 まぐるフライ ★麦・豆 あじつけもずく ★麦・豆	こめ、おむぎ、★ぶたにく、★うすあげ、かまぼこ にんじん、しいたけ、よもぎ	★だいたい油、酒、★しょうゆ、みりん シマース、★ボーグイソ、花かつお	C 580	C 664
			★マクロフライ	★だいたい油	P 28.9	P 33.3
			★味つけもずく		F 16.4	F 18.1
29	金	 くるこめコパン ★麦・乳・豆 クラムチャウダー ★豚・乳・麦・豆・鶏 むしハム ★豚・卵・豆・乳 コールスローサラダ ★卵・豆	★こむぎこ、★スキムミルク、さとう、★ショート、イースト、食塩、黒米粉		C 675	C 785
			あさり、★ベーコン、★特松め、じゃがいも、 たまねぎ、にんじん、グリーンピース、★なまクリーム	★小麦粉、★マギー、コショウ、にんにく ★ボーグイソ、シマース	P 28.1	P 32.3
			★ハム		F 26.5	F 30.1
			キャベツ、レッドキャベツ、きゅうり、コーン	★コーズロード レンジ		

(アレルギー表示) 下記のアレルギー対象原材料及び調味料を含んでいる場合、献立名に表示しています。

★・・・アレルギー対象原材料を含みます。

卵・・・卵 乳・・・乳及び乳製品 ピ・・・ピーナッツ(落花生) 麦・・・小麦 豆・・・大豆 鶏・・・鶏肉 牛・・・牛肉 豚・・・豚肉
さ・・・さば い・・・いか オ・・・オレンジ エ・・・えび カ・・・かに り・・・りんご も・・・もも ぜ・・・ゼラチン ご・・・ごま
パ・・・バナナ 山・・・山羊 鮭・・・さけ く・・・くるみ ナ・・・カシューナッツ キ・・・キウイフルーツ ア・・・アーモンド

食材名	アレルギー表示	原材料
スパゲティ	小麦	デュラム小麦のセモリナ
おきなわそば	小麦	小麦粉、食塩、植物油、かんすい、クチナシ色素、水
ベーコン	豚・乳	豚バラ、食塩、乳精たん白、砂糖、ブドウ糖、ポリリン酸Na、エリソルビン酸Na、着色料、亜硝酸Na、水
ポーク	豚肉・鶏肉	豚肉、鶏肉、でん粉、食塩、加工黒糖、香辛料、水
ハム	豚・乳・大豆・卵	豚肉、馬鈴薯でんぷん、大豆たん白、食塩、砂糖、ブドウ糖、水、リン酸塩(Na)、卵たん白、乳たん白 カゼインNa、酢酸Na、pH調整剤、くん液、酸化防止剤、ミョウバン、着色料、亜硝酸Na
かまぼこ	—	スケソウダラすり身、イトヨリダイすり身、食塩、砂糖、トウモロコシ澱粉、馬鈴薯澱粉、調味料、pH調整剤、水
ポール天	—	スケソウダラすり身、イトヨリダイすり身、エソ、砂糖、食塩、トウモロコシ澱粉、馬鈴薯澱粉、調味料、PH調整剤、加水
シーキンフレーク(缶)	大豆	きはだまぐる、大豆油、食塩、野菜エキス、調味料(アミノ酸等)、水
シーキンオイル(レトルト)	—	きはだまぐる、食塩、野菜エキス、水
鶏レバーそば	鶏肉	鶏レバー、てん菜調味液、砂糖、食塩、香辛料(ジンジャー、ホワイトペッパー、ローレル)、水
豆腐	大豆	大豆、塩化マグネシウム、食塩

調味料名	アレルギー表示	原材料
しょうゆ	大豆・小麦	大豆、小麦、食塩、水
料理酒	—	米と米麹の発酵調味料、水あめ、食塩、アルコール、コハク酸、グルタミン酸ナトリウム、乳酸、酒石酸、水
本みりん	—	もち米、米麹、醸造アルコール、糖類
酢	小麦	小麦、米、コーン、アルコール、食塩、酒かす
マヨネーズ	卵・大豆・りんご	食用植物油、卵黄、醸造酢、食塩、調味料(アミノ酸等)、香辛料、香辛料抽出物、水
マーガリン	乳・大豆	食用植物油、食用動物油脂、食用精製加工油脂、発酵乳、 食塩、乳化剤、酸化防止剤(ビタミンE)、アトナー色素、香料、水 ※豚肉を含む原材料(キャリアオーバー)・・・食用動物油脂
大豆油	大豆	食用大豆油、シリコーン約3μg/g
豆板醤	—	唐がらし、そら豆、食塩、酒精、酸化防止剤(ビタミンC)
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)、砂糖、かき、たん白加水分解物、こんぶエキス、酵母エキス、水あめ、食塩、酒清、増粘剤(加工でんぷん)

ウスターソース	大豆・りんご	野菜・果実(トマト、たまねぎ、にんにく、その他)、醸造酢、砂糖、ブドウ糖、食塩、アミノ酸液、香辛料、カラメル色素、増粘剤(グアー)、香辛料、香辛料抽出物、甘味料(甘草)、水 ※りんごを含む原材料・・・野菜・果実(その他) ※大豆を含む原材料・・・アミノ酸液
デミグラスソース	小麦・鶏肉	ブラウンルウ(小麦・ラード)、トマトペースト、ソテードオニオン、(たまねぎ、大豆油)、チキンエキス、にんじん、砂糖、酵母エキス、でん粉(とうもろこし)、食塩、香辛料(黒こしょう)、水
ハヤシルウ(フレーク)	小麦・大豆・牛肉	小麦粉、食用油脂(ラード、パーム油)、食塩、糖類(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(デキストリン、炭酸Ca)、牛肉エキス、香辛料(ペッパー、コーンパウダー、米粉、シナモン)、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素 キャリアーオーバーとして豚肉を含む原材料・・・食用油脂(ラード、パーム油)
カレー粉	—	ターメリック、コリアンダー、クミン、フェネグリーク、こしょう、赤唐辛子、ちんぴ、その他香辛料
チリパウダー	—	唐辛子、食塩、クミン、オレガノ、ガーリック
チキンピイオン	鶏肉	鶏骨、濃縮鶏ガラエキス、たまねぎ、にんじん、ガーリックエキスパウダー、こしょう、水
ポークピイオン	鶏肉・豚肉	濃縮豚ガラエキス、鶏骨、豚骨、たまねぎ、にんじん、長ねぎ、しょうが、ガーリックエキスパウダー、水
トマトケチャップ	—	トマト、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、醸造酢、食塩、たまねぎ、香辛料
トマトピューレ	—	トマトペースト、配合水
赤ワイン	—	ぶどう、亜硝酸塩
ごま油	ごま、大豆	食用ごま油、食用大豆油
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(グアーガム)、カラメル色素、パプリカ色素、香料
カレールウ	小麦・大豆・鶏肉・牛肉	小麦粉、食用動物油脂(ラード、パーム油)、糖類(砂糖、ブドウ糖)、食塩、カレー粉、トマトペースト、牛肉エキス、オニオンパウダー(脱脂大豆、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、デキストリン、食塩、酸化防止剤(V.E.))、香辛料(グローブ、コリアンダー、コーンパウダー、ジンジャー)、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素 ※キャリアーオーバーとして、豚肉を含む原材料・・・食用油脂(ラード、パーム油)
コールスロートレッシング	卵・大豆	食用植物油脂、砂糖類(ぶどう糖果糖液糖、砂糖)、醸造酢、食塩、オニオンエキス、濃縮レモン果汁、卵黄、調味料(アミノ酸)、増粘剤(キサンタンガム、加工でん粉)、香辛料抽出物、香料、水 ※大豆を含む原材料・・・食用植物油脂
ハオイルレッシング 減塩ごま	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
グルソー(無添加) (国産主原料) ちらしずしの素	小麦・大豆	砂糖、にんじん、醸造酢、たけのこ、れんこん、食塩、しょうゆ、かんぴょう、干しいたけ、鯉節エキス、昆布エキス、醸造調味料、みりん
お祝いいちごゼリー	大豆	いちご、いちご果汁(濃縮還元)、砂糖、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、ぶどう糖、植物油、豆乳、水あめ、大豆粉、水、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、紅麴色素使用、乳化剤使用、香料使用、安定剤(増粘多糖類)使用、pH調整剤使用、ピロリン酸第二鉄使用
みかんゼリー	—	うんしゅうみかん果汁、果糖ブドウ糖液糖、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、香料、水
かしわもち	—	上新粉、砂糖、小豆、麦芽糖、還元水あめ、食塩、酵素、配合水、栞葉(化粧用)
炊き込みわかめ (フングル)	—	わかめ、食塩、砂糖、酵母エキス
いわし かぼすレモン煮	小麦・大豆	いわし、砂糖、しょうゆ、かぼす果汁、レモンペースト、本みりん、でんぷん(甘藷)、レモン果汁、食塩、水
タンカンドレッシング	小麦・大豆・ゼラチン	糖類(果糖ぶどう糖液糖、砂糖)、たんかん果汁、食用植物油脂、醸造酢、食塩、レモン果汁、調味料(アミノ酸等)、香辛料、香料、増粘剤(キサンタン)、酸化防止剤(ビタミンC)、水
ヴェルジェアップル	りんご	りんご、糖類(水あめ、砂糖)、ゲル化剤(ペクチン)、酸味料
北海道サクッと 男爵コロケ	大豆・小麦・乳・牛肉・卵	ばれいしょ、たまねぎ、砂糖、粒状植物性たん白、パン粉、牛肉、食塩、香辛料、パン粉、小麦粉、でん粉、植物油、食塩、脱脂大豆粉、脱脂粉乳、粉末卵黄、加工でん粉、増粘多糖類、調味料(アミノ酸)、カロチノイド色素、その他キャリアーオーバー等、水
安心逸品焼売	小麦・豚肉・鶏肉・大豆	豚肉、鶏肉、たまねぎ、豚脂、<つなぎ>(でん粉、粉状植物性たん白)、粒状植物性たん白、チキンピイオン、糖類(ブドウ糖、砂糖)、発酵調味料、しょうゆ、ホタテ貝エキス、しょうがペースト、食塩、にんにくペースト、<皮>(小麦粉、でん粉、粉末大豆、水)
まぐろフライ	小麦・大豆	まぐろ、パン粉(小麦粉、イースト、食塩)、ショートニング、大豆粉末、イーストフード(V.C含有)、バター液(食塩、香辛料、澱粉、食物繊維、酵母エキス/加工デンプン、増粘剤(加工デンプン))、塩・コショウ、
海藻サラダ (湯戻し)	—	わかめ(茎わかめ)、昆布、赤つのまた、青つのまた、白キリンサイ ※海藻類はえび、かにが生息している海洋から採取しています
和風ドレッシング (ゆずしょうゆ)	小麦・大豆・りんご	しょうゆ、食用植物油脂、醸造酢、ぶどう糖果糖液糖、ゆず果汁、濃縮レモン果汁、かつお節、調味料(アミノ酸)、増粘剤(キサンタンガム)、香料、香辛料抽出物、水
バリバリの春巻	小麦・えび・大豆 豚肉・鶏肉・ごま	たけのこ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、植物油、粒状植物性たん白、はるさめ、豚肉、しょうゆ、小麦粉、ショートニング、豚脂、しいたけ、きくらげ、砂糖、でん粉、食塩、ポークピイオン、オイスターソース、魚介エキス、XO醤、香辛料、<皮>(小麦粉、水あめ、植物油、ショートニング、食塩、でん粉、グルテン、加工でん粉、ソルビトール、セルロース、調味料(アミノ酸等)、乳化剤、増粘剤(キサンタンガム)、水) ※えび、鶏肉を含む原材料・・・XO醤
ジェノバペースト	乳	植物油(なたね油、オリブオイル)、バジル、ナチュラルチーズ(パルメザンチーズ、チェダーチーズ)、にんにく、食塩、砂糖、水
ソール 元気ヨーグルト	乳・ゼラチン	脱脂粉乳、ブドウ糖果糖液糖、砂糖、全粉乳、ゼラチン、寒天、香料、ピロリン酸鉄、水、乳酸カルシウム
国産鶏のハンバーグ	鶏肉	鶏肉、玉ねぎ、<つなぎ>でん粉、ポテトフレーク、砂糖、食塩、香辛料
味付もずく (シークワサー)	小麦・大豆	もずく、醸造酢、しょうゆ、三温糖、果糖ブドウ糖液糖、かつお節、みりん、しょうが(絞り汁)、シークワサー果汁、水 ※本製品で使用しているもずくは「えび」、「かに」の生息する海域で採取しています。
カラフルボール ナタデココ	大豆	上新粉、砂糖、もち粉、でんぷん、酵素(大豆由来)、着色料(ビートレッド)、着色料(クチナシ)、仕込水(市水)
フルーツカクテル	もも	ナタデココ、(砂糖、ぶどう糖果糖液糖)、クエン酸、水
		黄もも、洋なし、砂糖、ぶどう、パインアップル、チェリー、酸味料、着色料、水酸化ナトリウム(加工助剤)、水