

令和7年12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 マカダミアナッツ

※海藻類(モズク・アーサ・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。
 ※アサリには、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
 ★除去食提供日 ◎園で一部除去する日 ●代替食 馬丹当番日

日付	こんだて	食材名	調味料	代替食
1(月)	玄米	精白米、玄米		
	●ひじき入り厚焼きたまご	ひじき入り厚焼き卵(卵、小麦、大豆)		国産ポークシューマイ(豚肉、小麦)
	千切りイリチー	千切り大根、昆布、にんじん、豚肉、いんげん、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	
	イナムドゥチ	豚肉、しいたけ、こんにゃく、かまぼこ、ねぎ、かつお節	白みそ(大豆)、甘口白みそ(大豆)、三温糖	
2(火)	おやつ(スティックタルトりんご)	スティックタルトりんご(りんご、大豆)		
	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		
	肉じゃが	じゃがいも、豚肉、たまねぎ、にんじん、こんにゃく、グリーンピース、かつお節、調合油	しょうゆ(小麦、大豆)、料理酒、みりん、三温糖、シママース	
3(水)	小松菜の和え物	小松菜、もやし、にんじん、スイートコーン、とりさきみちゃんク(鶏肉)	ドレッシングかんきつ、しょうゆ(小麦、大豆)、三温糖	
	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)		
	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米		
	ジャンボひじきしゅうまい	ジャンボひじきしゅうまい(小麦、鶏肉、豚肉、大豆)		
4(木)	厚揚げの中華煮	厚揚げ(大豆)、豚肉、はくさい、たまねぎ、にんじん、ほうれん草、ごま油(ごま)、調合油	にんにく、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、ガラスープスタンダード(鶏肉、豚肉、りんご)、かたくり粉	
	中華風コンソープ	クリームコーン、スイートコーン、たまねぎ、ごま油(ごま)	シママース、チキンガラスープ(鶏肉)、かたくり粉、三温糖	
	おやつ(手作りレモンゼリー)	レモンゼリーの素、パイン、みかん		
	スパゲティ-ミートソース(麺)	スパゲティ-小麦		
5(金)	スパゲティ-ミートソース(具)	豚肉、水戻し大豆ミンチ(大豆)、豚レバー(豚肉)、たまねぎ、にんじん、ピーマン、トマトダイス、調合油	料理酒、にんにく、しょうが、ケチャップ、トマトピューレ、デミグラスソース(小麦、鶏肉)、ウスターソース(りんご)、シママース、しょうゆ(小麦、大豆)、三温糖、かたくり粉	
	●Caたっぷりオムレツほうれん草	Caたっぷりオムレツほうれん草(卵、大豆)		大焼売Fe&ファイバー(小麦、鶏肉、豚肉、大豆)
	マリネ風サラダ	キャベツ、カリフラワー、ブロッコリー、たまねぎ、きゅうり、スイートコーン、とりさきみちゃんク(鶏肉)	マリネドレッシング(大豆、りんご)、シママース、三温糖	
	おやつ(ゆかりおにぎり)	精白米、ゆかり		
6(土)	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米		
	まぐろのやわらかカツ	まぐろのやわらかカツ(小麦、大豆)、調合油		
	五目きんぴら	豚肉、ごぼう、にんじん、こんにゃく、いんげん、白ごま、調合油、ごま油(ごま)	穀物酢(小麦)、三温糖、しょうゆ(小麦、大豆)、料理酒、みりん	
	豚汁	豚肉、にんじん、だいこん、里芋、長ねぎ、こんにゃく、かつお節	白みそ(大豆)、赤みそ(大豆)、三温糖	
8(月)	おやつ(米粉のカップケーキ-メープル)	米粉のカップケーキ-メープル風味(大豆、りんご)		
	ごはん	精白米		
	豚丼	はくさい、豚肉、にんじん、たまねぎ、もやし、調合油	料理酒、シママース、しょうゆ(小麦、大豆)、にんにく、かたくり粉、三温糖、赤みそ(大豆)	
	豆腐とわかめのすまし汁	わかめ、豆腐(大豆)、たまねぎ、かつお節	シママース、しょうが、うすくちしょうゆ(小麦、大豆)、三温糖	
9(火)	果物(みかん)	みかん		
	おやつ(手作り苺スコーン)	ベーキングパウダー、豆乳(大豆)、ミルクいちご	小麦粉(小麦)、グラニュー糖、乳なしマーガリン(大豆)	
	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米		
	●チーズはんぺんフライ	チーズはんぺんフライ(卵、乳成分、小麦、大豆、魚介類)、調合油		野菜コロッケ(小麦、大豆)
10(水)	豚肉の生姜炒め	豚肉、たまねぎ、ピーマン、三色ピーマン、にんじん、調合油	しょうが、三温糖、シママース、しょうゆ(小麦、大豆)、みりん、料理酒	
	若竹汁	たけのこ、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	
	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	
	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米		
11(木)	国産豚とさわやかチキンのミンチカツ	国産豚とさわやかチキンのミンチカツ(小麦、大豆、豚肉、鶏肉)、調合油		
	温サラダ	もやし、キャベツ、小松菜、ちくわ	ゆずかつおドレッシング(小麦、大豆、鶏肉、豚肉、りんご)	
	オニオンスープ	たまねぎ、ほうれん草、鶏肉	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	
	おやつ(手作り紅芋ゴマ団子)	紅芋ペースト、もち粉、白ごま、調合油	グラニュー糖	
12(金)	麦ごはん	精白米、押し麦		
	さばのシークワ-サーソースがけ	サバ、調合油	シママース、こしょう、小麦粉(小麦)	
	〃(ソース)	シークワ-サー、三色ピーマン	三温糖、みりん、しょうゆ(小麦、大豆)、穀物酢(小麦)、かたくり粉	
	ひじきの五目炒め	豚肉、ひじき、にんじん、こんにゃく、もやし、チキアギ、にら、調合油、かつお節	しょうゆ(小麦、大豆)、みりん、三温糖、料理酒、シママース	
13(土)	沖縄風みそ汁	だいこん、にんじん、もやし、豆腐(大豆)、ポー克蘭チオンミート(豚肉、鶏肉)、かつお節	白みそ(大豆)	
	おやつ(あじわいプリン)	あじわいプリン(大豆)		
	●黒糖パン	黒糖パン(乳、小麦、大豆)		
	フラワ-ソ-テー	無塩漬ベーコン(豚肉)、カリフラワー、ブロッコリー、三色ピーマン、スイートコーン、調合油	シママース、こしょう、しょうゆ(小麦、大豆)	
13(土)	白菜のクリーム煮	はくさい、じゃがいも、にんじん、鶏肉、調合油、豆乳(大豆)	ホワイトルウ(小麦、豚肉)、シママース、こしょう、小麦粉(小麦)、乳なしマーガリン(大豆)、ガラスープスタンダード(鶏肉、豚肉、りんご)	
	果物(りんご)	りんご	三温糖	
	おやつ(わかめおにぎり)	精白米、わかめ		
	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米		
13(土)	冬瓜の煮付け	とうがん、豚肉、にんじん、厚揚げ(大豆)、昆布、こんにゃく、チキアギ、かつお節、調合油	しょうゆ(小麦、大豆)、みりん、料理酒、三温糖、シママース	
	キャベツの和え物	キャベツ、三色ピーマン、スイートコーン	香りごまドレッシング(ごま)	
	油みそ	調合油、ツナフレーク	赤みそ(大豆)、三温糖、しょうが、料理酒、みりん	
	おやつ(お米deスイートポテト)	お米deスイートポテト(大豆)		
13(土)	ごはん	精白米		
	もずく丼	もずく、たまねぎ、たけのこ、三色ピーマン、鶏肉、水戻し大豆ミンチ(大豆)、スイートコーン、調合油	しょうゆ(小麦、大豆)、みりん、三温糖、しょうが、にんにく、シママース、かたくり粉、ガラスープスタンダード(鶏肉、豚肉、りんご)、こしょう	
	じゃがいものみそ汁	じゃがいも、豚肉、たまねぎ、チンゲン菜、かつお節	白みそ(大豆)、赤みそ(大豆)	
果物(バナナ)	バナナ	三温糖		

	おやつ(アンパンマンチョコムース)	アンパンマンのチョコムース(大豆、ゼラチン)		
15(月)	Ca強化ごはん いわしおかか煮 からし菜炒め 大根のみそ汁 ●おやつ(手作りココアマフィン)	精白米、カルシウム米 いわしおかか煮(小麦、大豆) からしな、もやし、にんじん、豚肉、厚揚げ(大豆)、調合油 だいこん、ねぎ、油揚げ(大豆)、かつお節 鶏卵、ベーキングパウダー	しょうゆ(小麦、大豆)、シママース 白みそ(大豆)、赤みそ(大豆) 乳なしマーガリン(大豆)、グラニュー糖、小麦粉(小麦)、ココアパウダー、バニラエッセンス	お米deメープルマフィン(大豆)
16(火)	麦ごはん 冬野菜カレー チキンナゲット フルーツ杏仁 おやつ(国産レモンのムース)	精白米、押し麦 豚肉、たまねぎ、かぼちゃ、にんじん、だいこん、じゃがいも、米粉 チキンナゲット(鶏肉、大豆) 豆乳ゼリー・杏仁風味(大豆)、黄桃(もも)、パイン、みかん レモンムース(大豆、ゼラチン)	にんにく、コクと旨味のまるやかカレー(アレルゲンフリー)、ケチャップ、ガラスープスタンダード(鶏肉、豚肉、りんご)、ウスターソース(りんご)、シママース ポッカレモン	
17(水)	Ca強化ごはん キャベツ入り平つくね 中華炒め わかめの中華スープ おやつ(菜めしおにぎり)	精白米、カルシウム米 キャベツ入り平つくねFeCa(鶏肉、豚肉) ピーマン、三色ピーマン、はくさい、豚肉、たけのこ、にんじん、もやし、調合油 鶏肉、たまねぎ、にんじん、わかめ、しいたけ、長ねぎ、白ごま 精白米、菜めし	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、かたくり粉、三温糖 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)	Ca強化ごはん 国産鶏の照焼パティ 野菜ソテー ABCマカロニスープ おやつ(スティックタルトブルーベリー)	精白米、カルシウム米 国産鶏の照焼パティ(小麦、鶏肉、大豆、りんご) 豚肉、キャベツ、たまねぎ、三色ピーマン、にんじん、調合油 ABCマカロニ(小麦)、鶏肉、たまねぎ、にんじん、セロリ、トマトダイス スティックタルトブルーベリー(大豆、りんご)	シママース、しょうゆ(小麦、大豆)、かたくり粉 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(お米deかぼちゃマフィン)	お米de国産かぼちゃのマフィン(大豆)		
	ごはん 豆乳コロッケ ブロッコリー炒め コンソメスープ おやつ(手作りきなこちんすこう)	精白米 豆乳コロッケ(小麦、大豆、ゼラチン)、調合油 ブロッコリー、カリフラワー、豚肉、しめじ、赤パプリカ、調合油 鶏肉、たまねぎ、はくさい、にんじん、パセリ きな粉(大豆)	しょうゆ(小麦、大豆)、シママース、こしょう、三温糖 シママース、こしょう、しょうゆ(小麦、大豆)、チキンガラスープ(鶏肉) ラード(牛肉、豚肉、大豆)、上白糖、小麦粉(小麦)	
22(月)	麦ごはん カラフルそぼろ丼 かぼちゃ天ぷら 豆腐のみそ汁 ●おやつ(手作り紅芋棒)	精白米、押し麦 豚肉、鶏肉、水戻し大豆ミンチ(大豆)、にんじん、小松菜、もやし、三色ピーマン、調合油、ごま油(ごま) かぼちゃ天ぷら(小麦)、調合油 豆腐(大豆)、たまねぎ、長ねぎ、わかめ、かつお節 紅芋ペースト、鶏卵、ベーキングパウダー、きな粉(大豆)、調合油	しょうが、にんにく、しょうゆ(小麦、大豆)、料理酒、みりん、三温糖、シママース 白みそ(大豆)、赤みそ(大豆) 乳なしマーガリン(大豆)、グラニュー糖、小麦粉(小麦)、重曹、三温糖	手作りかぼちゃサターアンダギー(小麦、大豆)
23(火)	Ca強化ごはん きんぴら肉団子 ★人参シリシリ 青菜とえのきのみそ汁 おやつ(手作りタンナファクルー)	精白米、カルシウム米 きんぴら肉団子(大豆、鶏肉、豚肉、りんご、ごま) にんじん、鶏卵、たまねぎ、ツナフレーク、にら、調合油 からしな、えのきたけ、しめじ、たまねぎ、長ねぎ、かつお節 豆乳(大豆)、ベーキングパウダー、調合油	シママース、しょうゆ(小麦、大豆) 白みそ(大豆)、赤みそ(大豆) 小麦粉(小麦)、粉末黒糖	
24(水)	カレーピラフ 星型ハンバーグ // (ケチャップソースかけ) ポイルブロッコリー お米deココア&莓味のカップケーキ おやつ(クリスマスカップデザート)	精白米、無塩漬ウインナーソーセージ(豚肉)、スイートコーン、たまねぎ、にんじん、グリーンピース 星型ハンバーグ(大豆、鶏肉、豚肉) // (ケチャップソースかけ) ブロッコリー、オーシャンキングほぐし身(魚肉)、キャベツ お米deココア&莓味のカップケーキ(大豆) クリスマスカップデザート(大豆)	カレー粉、カレーフレーク(小麦)、チキンガラスープ(鶏肉)、うすくちしょうゆ(小麦、大豆)、三温糖、シママース ケチャップ、三温糖 シママース、ドレッシングかんきつ	
25(木)	ごはん マーボー豆腐丼 揚げぎょうざ 中華風サラダ おやつ(手作りスコーン)	精白米 豆腐(大豆)、豚肉、水戻し大豆ミンチ(大豆)、たまねぎ、にんじん、三色ピーマン、たけのこ、しいたけ、調合油、ごま油(ごま) 国産豚肉の餃子(小麦、大豆、豚肉)、調合油 緑豆はるさめ、きゅうり、もやし、にんじん、とりささみチャック(鶏肉) ベーキングパウダー、豆乳(大豆)	しょうが、にんにく、三温糖、しょうゆ(小麦、大豆)、赤みそ(大豆)、料理酒、かたくり粉、豆ばん着、ガラスープスタンダード(鶏肉、豚肉、りんご)、オイスターソース(大豆、魚介類)、シママース 韓国ナムルドレッシング(小麦、ごま、大豆、鶏肉、豚肉) 小麦粉(小麦)、グラニュー糖、シママース、乳なしマーガリン(大豆)	
26(金)	野菜そば(麺) 野菜そば(具・汁) 魚天ぷら 果物(みかん) ●おやつ(ミルクパン)	沖縄そば(小麦) 豚肉、カマボコ、パクチョイ、キャベツ、もやし、にんじん、調合油、かつお節 ホキ、調合油 みかん ミルクパン(小麦、卵、乳成分、大豆)	シママース、しょうゆ(小麦、大豆)、料理酒、みりん、ガラスープスタンダード(鶏肉、豚肉、りんご)、三温糖 小麦粉(小麦)、シママース	
年越しそば 27(土)	ごはん 国産鶏肉のチキンカツ マカロニとほうれん草のソテー ポトフ おやつ(お米deバナナスティックケーキ)	精白米 国産鶏肉のチキンカツ(小麦、大豆、鶏肉)、調合油 ほうれん草、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、調合油 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 お米deバナナスティックケーキ(バナナ、大豆)	シママース、こしょう、ケチャップ、にんにく、三温糖 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)	お米de国産もものタルト(大豆、もも)