

2026年4月1日(水)~2026年4月30日(木)

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。

南天Okinawa給食センター

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 バナナ 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することがあります。

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 ◎圈で一部除去する日 ●代替食 罫印当持参日

日 曜日	料理名	ざいりょう			調味料	代替食
		魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	野菜類・蛋類・くだもの類	穀類・油類・砂糖類・いも類		
1 水	ごはん			精白米		
	ハヤシライス	チャックロール(牛肉)	たまねぎ, グリンピース	米油	ハヤシルー(小麦、大豆、牛肉) トマトケチャップ、小麦粉(小麦)	
	ミニオンスポテト		マッシュルーム、にんじん		ウスターソース(リンゴ) 三温糖、がらす(リンゴ、豚肉、鶏肉)	
お	ブロッコリーのサラダ	とりさきみそ(鶏肉)	ブロッコリー、きゅうり、スイートコーン			
	手作りスコーン	豆乳(大豆)			柑橘ドレッシング	
					小麦粉(小麦) ベーキングパウダー	
2 木	ソース焼きそば	三枚肉(豚肉)	キャベツ、にんじん	やきそばめん(小麦)、調合油	シママース ウスターソース(リンゴ)	
			たまねぎ、もやし、あおのり		焼きそばソース(小麦、大豆、豚肉、リンゴ、ゴマ)	
					がらす(リンゴ、豚肉、鶏肉)	
お	西産キャベツのメンチカツ			調合油		
	野菜の塩昆布和え	ちりめん	だいこん、キャベツ	ごま油(ゴマ)	うすくちしょうゆ(小麦、大豆)	
			にんじん、きゅうり、塩昆布		三温糖、穀物酢	
3 金	チャーハン	ポークランチョンミート(豚肉)	たまねぎ、にんじん	精白米、ごま油(ゴマ)、調合油	にんにく、しょうゆ(小麦、大豆) シママース	
			グリんピース、長ねぎ		特ががらす(鶏肉) シママース、三温糖	
お	大焼売	大焼売(小麦、大豆、豚肉、鶏肉)				
	中華スープ	豚肉	にんじん、小松菜	はるさめ	シママース、しょうゆ(小麦、大豆) 三温糖、しょうが	
			スイートコーン		うすくちしょうゆ(小麦、大豆) 特ががらす(鶏肉)	
4 土	ごはん			精白米		
	もずく丼	鶏肉	もずく、たまねぎ たけのこ	片栗粉、調合油	しょうゆ(小麦、大豆) みりん、三温糖、しょうが	
		水戻し大豆ミンチ(大豆)	三色ピーマン、スイートコーン		にんにく、シママース、こしょう、がらす(リンゴ、豚肉、鶏肉)	
お	じゃがいものみそ汁	豚肉、かつお節	たまねぎ、チンゲンサイ	じゃがいも	白みそ(大豆)、赤みそ(大豆)	
			パイ			
6 月	ごはん			精白米		
	豚肉と豆の煮込み	豚肉 ひよこまめ	たまねぎ、にんじん	じゃがいも、米油、調合油	ワイン、にんにく、小麦粉(小麦)、シママース、こしょう	
		ミックスビーンズ	パセリ	片栗粉	デミグラスソース(小麦、鶏肉) ウスターソース(リンゴ)	
お	くるま葱と鶏肉のナゲット					
	コーンのサラダ	とりさきみそ(鶏肉)	スイートコーン、きゅうり		イタリアンドレッシング	
			海藻サラダ、だいこん		シママース	
7 火	Da強化ごはん			精白米、カルシウム米		
	フルクワンのシークワーサーソース	フルクワン	シークワーサー 三色ピーマン	調合油、片栗粉	シママース、こしょう、穀物酢(小麦) 小麦粉(小麦)、三温糖、	
					みりん、しょうゆ(小麦、大豆)	
お	千切りイリチー	豚肉、かつお節	切り干し大根、刻み昆布	調合油	しょうゆ(小麦、大豆)	
			にんじん		三温糖、みりん、シママース	
					うすくちしょうゆ(小麦、大豆) 料理酒、シママース、しょうが	
8 水	Da強化ごはん			精白米、カルシウム米		
	豚丼	豚肉	はくさい、にんじん	片栗粉、調合油	料理酒、シママース、赤みそ(大豆) しょうゆ(小麦、大豆)	
			たまねぎ、もやし		にんにく、三温糖	
お	大根の和え物	茶かつお	だいこん、にんじん、きゅうり		カンタン酢(小麦、リンゴ) 三温糖、シママース、しょうゆ(小麦、大豆)	
			わかめ、にんじん、長ねぎ	じゃがいも	シママース、三温糖、うすくちしょうゆ(小麦、大豆)	
			オレンジ			
9 木	Da強化ごはん			精白米、カルシウム米		
	ショーンボン					
お	厚揚げの中華煮	厚揚げ(大豆)、豚肉	はくさい、たまねぎ	片栗粉、ごま油(ゴマ)、調合油	にんにく、しょうが、しょうゆ(小麦、大豆)、シママース	
			にんじん、ほうれんそう		オイスターソース(大豆、魚介類)、がらす(リンゴ、豚肉、鶏肉)	
					シママース	
10 金	Da強化ごはん			精白米、カルシウム米		
	ショーンボン					
お	厚揚げの中華煮	厚揚げ(大豆)、豚肉	はくさい、たまねぎ	片栗粉、ごま油(ゴマ)、調合油	にんにく、しょうが、しょうゆ(小麦、大豆)、シママース	
			にんじん、ほうれんそう		オイスターソース(大豆、魚介類)、がらす(リンゴ、豚肉、鶏肉)	
					シママース	
11 土	Da強化ごはん			精白米		
	道産野菜のふっくら寄せ	道産野菜のふっくら寄せ(大豆)				
お	からしなチャンプル	豚肉、厚揚げ(大豆)、茶かつお	からしな、キャベツ、もやし	調合油	しょうゆ(小麦、大豆)	
			にんじん		シママース	
					白みそ(大豆)、赤みそ(大豆)	
12 日	Da強化ごはん			精白米		
	道産野菜のふっくら寄せ	道産野菜のふっくら寄せ(大豆)				
13 月	Da強化ごはん			精白米、カルシウム米		
	レンコン入り平つくね	レンコン入り平つくね(小麦、大豆、鶏肉)				
お	白菜のおかか和え	ツナフレーク	はくさい、きゅうり		うすくちしょうゆ(小麦、大豆)	
					穀物酢(小麦)、三温糖	
					三温糖、白みそ(大豆)、赤みそ(大豆)	

日曜日	曜日	料理名	ざいりょう			調味料	代替食
			魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	野菜類・菌類・くだもの類	穀類・油類・砂糖類・いも類		
14	火	麦ごはん			精白米、押し麦、カルシウム米		
		とんかつ	とんかつ(小麦、大豆、豚肉)		調合油		
		チキンカレー	鶏肉	たまねぎ、にんじん	じゃがいも、米粉、調合油	にんにく、カレールウ(アレルゲンフリー)、トマトケチャップ	ウスターソース(りんご)、シママース
		フルーツ杏仁		黄桃(モモ)、パイナップル、みかん、レモン果汁	豆乳ゼリー(杏仁風味)(大豆)		
お代	みんなにやさしいプリン			みんなにやさしいプリン			
15	水	強化ごはん			精白米、カルシウム米		
		いわしおかか煮	いわしおかか煮(小麦、大豆)				
		野菜炒め	厚揚げ(大豆)、チキアギ、豚肉	にんじん、はくさい、小松菜、もやし	調合油、片栗粉	しょうゆ(小麦、大豆)、しょうが、三温糖、シママース	
		うちなみそ汁	沖縄豆腐(大豆)、豚肉	だいこん、にんじん		白みそ(大豆)	
お代	お米のお米ベリタルト			お米のお米ベリタルト(大豆)			
16	木	クファージュシー	三枚肉(豚肉)、かまぼこ	ごぼう、にんじん	精白米、調合油		しょうゆ(小麦、大豆)、三温糖
		うむくじ天ぷら	かつお節	しいたけ、ひじき、ねぎ		料理酒、シママース、みりん	
		ちくわと野菜の和え物	竹輪	キャベツ、だいこん、きゅうり、にんじん	うむくじてんぷら、調合油		
		アーサー汁	木綿豆腐(大豆)、かつお節	アーサー	ごま油(ゴマ)	穀物酢(小麦)、三温糖、うすくちしょうゆ(小麦、大豆)	うすくちしょうゆ(小麦、大豆)、シママース、しょうが、料理酒
お代	いりこ菜めしおにぎり			精白米	いりこ菜めし(ゴマ)		
17	金	強化ごはん			精白米、カルシウム米		
		ハンバーグの付け合わせ	うす巻ハンバーグ(大豆、豚肉、鶏肉)		片栗粉	トマトケチャップ、三温糖、ウスターソース(りんご)、シママース	
		ジャーマンポテト	無塩せきりいけ(豚肉)	たまねぎ、にんじん、スイートコーン、パセリ	じゃがいも、調合油	しょうゆ(小麦、大豆)、シママース、こしょう、三温糖	
		トマトと冬瓜のスープ	豚肉	とうがん、にんじん、たまねぎ、トマト		しょうゆ(小麦、大豆)シママース、三温糖、がらす(豚)、豚肉、鶏肉)	
お代	フランスクレープ いちご味			フランスクレープ(いちご味)(大豆)			
18	土	ごはん			精白米		
		豚豚	豚肉	たまねぎ、にんじん	調合油、片栗粉	しょうゆ(小麦、大豆)しょうが、料理酒、トマトケチャップ	
		焼きぎょうざ	国産豚肉の餃子(小麦、大豆、豚肉)	ピーマン、たけのこ		三温糖、穀物酢(小麦)	
		中華スープ	豚肉	にんじん、小松菜	調合油	はるさめ	シママース、三温糖、しょうが、うすくちしょうゆ(小麦、大豆)
お代	お米のお米ベリタルト			お米のお米ベリタルト(バナナ、大豆)			
20	月	強化ごはん			精白米、カルシウム米		
		うす巻焼肉焼き肉団子	うす巻焼肉焼き肉団子(大豆、豚肉、鶏肉)				
		ごぼうサラダ	とりささみ(鶏肉)	ごぼう、キャベツ、スイートコーン	きゅうり、にんじん	香りごまドレッシング(ゴマ)	シママース
		もずくのみそ汁	かつお節	もずく、たまねぎ、にんじん		白みそ(大豆)赤みそ(大豆)	
お代	米粉のカップケーキ			米粉のカップケーキ(リンゴ、大豆)			
21	火	強化ごはん			精白米、カルシウム米		
		マーボー大根丼	木綿豆腐(大豆)、豚肉	だいこん、たまねぎ	調合油、ごま油、片栗粉	しょうが、にんにく、三温糖、赤みそ(大豆)しょうゆ(小麦、大豆)	
		おいしい春巻	水戻し大豆ミンチ(大豆)	にんじん、たけのこ、しいたけ		料理酒、トウバンジャン、がらす(豚)、豚肉、鶏肉)	オイスターソース(大豆、魚介類)、シママース
		中華サラダ	とりささみ(鶏肉)	もやし、きゅうり、にんじん		はるさめ	ドレッシング 韓国がら(ごま、大豆、小麦、豚肉、鶏肉)
お代	手作りちんすこう				ラード、上白糖、小麦粉(小麦)		
22	水	強化ごはん			精白米、カルシウム米		
		キャベツ入り平つくね(焼)	キャベツ入り平つくね(豚肉、鶏肉)				
		豚肉と野菜のケチャップ炒め	豚肉	たまねぎ、にんじん	調合油	料理酒、トマトケチャップ、三温糖、にんにく、シママース	
		コンソメスープ	鶏肉	たまねぎ、パセリ、スイートコーン	ブロッコリー、しめじ	しょうゆ(小麦、大豆)、こしょう	シママース、こしょう、しょうゆ(小麦、大豆)、しょうゆ(鶏肉)
お代	ミニ今川焼きこしあん			ミニ今川焼き(こしあん)(大豆、小麦)			
23	木	強化ごはん			精白米、カルシウム米		
		さばの塩焼き	さば			塩こうじ	
		ひき肉としらたきの炒め	豚肉	小松菜、にんじん	しらたき、調合油、ごま油(ゴマ)	料理酒、しょうゆ(小麦、大豆)、三温糖、シママース、みりん、トウバンジャン	
		お竹汁	絹ごし豆腐(大豆)、かつお節	たけのこ、わかめ、ねぎ		うすくちしょうゆ(小麦、大豆)シママース、三温糖	
お代	手作りオレンジシャーベット				オレンジジュース(オレンジ)	グラニュー糖	
24	金	お弁当					
		黒糖ロール				黒糖ロール(小麦)	
25	土	ごはん			精白米		
		肉みそごぼう丼	合ひき肉(豚肉、牛肉)	たまねぎ、たけのこ、スイートコーン	ごま油(ゴマ)	しょうが、トウバンジャン、赤みそ(大豆)	
		豆腐とわかめのすまし汁	水戻し大豆ミンチ(大豆)	にんじん、ごぼう、小松菜		しょうゆ(小麦、大豆)、料理酒、みりん、三温糖	
		果物(バナナ)	木綿豆腐(大豆)、かつお節	わかめ、たまねぎ		シママース、しょうが、三温糖、うすくちしょうゆ(小麦、大豆)	
お代	スティックタルトりんご				三温糖		
お代	スティックタルトりんご				スティックタルト(りんご、大豆)		
27	月	強化ごはん			精白米、カルシウム米		
		ちくわの磯辺天ぷら	ちくわの磯辺天ぷら(大豆、小麦)				
		パパイヤリチー	豚肉、かつお節	パパイヤ、にんじん、にら	調合油	しょうゆ(小麦、大豆)シママース	
		チムシンジ	豚肉、豚レバー(豚肉)	にんじん	じゃがいも	料理酒、しょうが、にんにく	
お代	タンナファークル	豆乳(大豆)		調合油	白みそ(大豆)		
お代	タンナファークル				小麦粉(小麦)、粉末黒糖、ベーキングパウダー		
28	火	強化ごはん			精白米、カルシウム米		
		焼き肉炒め	豚肉	にんじん、たまねぎ	片栗粉、調合油	にんにく、料理酒、三温糖、みりん、シママース	
		けんちん汁	鶏肉、かつお節	三色ピーマン、ピーマン		焼き肉のたれ(小麦、大豆、豚肉、ゴマ、リンゴ)	
		果物(りんご)	鶏肉、かつお節	だいこん、にんじん、ごぼう	栗芋	オイスターソース(大豆、魚介類)しょうゆ(小麦、大豆)	
お代	フランスクレープ チョコレート				シママース、うすくちしょうゆ(小麦、大豆)三温糖、しょうが		
お代	フランスクレープ チョコレート				三温糖		
お代	フランスクレープ チョコレート				フランスクレープ(チョコレート)(大豆)		
30	木	強化ごはん			精白米、カルシウム米		
		肉じゃが	豚肉、かつお節	たまねぎ、にんじん、ごぼう、グリーンピース	じゃがいも、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	
		あじフィレフライ	あじフィレフライ(小麦)		調合油		
		大根のゆかり和え		だいこん、きゅうり		ゆかり、三温糖、穀物酢(小麦)	
お代	スイートポテト(紫がし)		にんじん		シママース		
お代	スイートポテト(紫がし)				スイートポテト紫がし		