

# 平成31年1月 予定献立表

沖縄カトリック小学校



株式会社オーディフ

食品群	体内ではたらく
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子を整える

	月	火	水	木	金
	7日	8日	9日	10日	11日
こんだて	牛乳 黒米ごはん きびなごの紅白 なますかけ クーブイリチー 中身汁	牛乳 ごはん 鶏肉のごま しょうが焼き 炒り豆腐 葉野菜のみそ汁	牛乳 麦ごはん 魚のレモンソースかけ 人参シリシリ アーサ汁 うまかつ十	牛乳 コッペパン チリコンカン ウインナー キャベツスープ	牛乳 きびご飯 筑前煮 五目厚焼き卵 もずくスープ
あか	牛乳、きびなご、きざみ昆布、豚肉、白かまぼこ、かつお節、豚中身	牛乳、鶏肉、豚肉、かつお節、豆腐、鶏卵	牛乳、赤魚、かつお節、ツナ、かつお節、生アーサ、絹ごし豆腐、鶏卵	牛乳、豚ひき肉、鶏レバー、ウインナー、鶏肉、レッドキドニー、大豆、鶏ガラ	牛乳、鶏肉、かつお節、五目厚焼き卵、まつたけかまぼこ、もずく
き	精白米、黒米、なたね油、小麦粉、かたくり粉	精白米、黒ごま、白ごま、なたね油	押し麦、精白米、かたくり粉、なたね油、うまかつ十	コッペパン、なたね油、じゃがいも	精白米、もちきび、なたね油
みどり	大根、にんじん、絹さや、こんにやく、しいたけ、ねぎ、しょうが	しょうが、にんじん、枝豆、しいたけ、こまつな、白菜	たまねぎ、にんじん、しょうが、赤パプリカ、にら	たまねぎ、にんじん、ピーマン、トマトダイス缶、にんにく、キャベツ、パセリ	にんじん、こんにやく、しいたけ、絹さや、えのきたけ、ごぼう、大根、たけのこ、しょうが
こんだて	14日 	牛乳 ごはん 親子丼 具だくさんみそ汁 いちごゼリー	牛乳 わかめごはん 鮭のパン粉焼き ほうれん草ソテー ゆし豆腐	牛乳 玄米 鶏肉と野菜の煮物 野菜コロッケ 納豆味噌	牛乳 あんかけラーメン 春巻き みかん
あか		牛乳、鶏肉、かつお節、鶏卵	牛乳、豚肉、かつお節、炊き込みわかめ、鮭、チーズ、豆腐	牛乳、鶏肉、かつお節、納豆、糸削り	牛乳、豚肉、かつお節、むきエビ、イカ
き		精白米、なたね油、じゃがいも、いちごゼリー	精白米、なたね油、コーン、パン粉	精白米、玄米、なたね油、野菜コロッケ、里芋	ラーメン、ごま油、かたくり粉、なたね油、ヤングコーン、春巻
みどり		たまねぎ、にんじん、キャベツ、こんにやく、パクチョイ	ほうれん草、たまねぎ、にんじん、しめじ、ねぎ	大根、にんじん、しいたけ、絹さや、しょうが	たまねぎ、にんじん、はくさい、こまつな、きくらげ、しいたけ、しょうが、にんにく、温州みかん、たけのこ
こんだて	21日	22日	23日	24日	25日
こんだて	牛乳 ごはん グルクンの唐揚げ タマナーチャンプルー イナムドウチ	牛乳 麦ごはん マーボー豆腐 ナッツの温サラダ 卵スープ	牛乳 ごはん ささみチーズフライ イタリアンソテー ブイヤベーススープ	牛乳 食パン ハンバーグの ハワイアン ベジタブルソテー ビーンズスープ	牛乳 雑穀ごはん さばの塩こうじ焼き きんぴらごぼう わかめのみそ汁 ヨーグルト
あか	牛乳、木綿豆腐、かつお節、グルクン、豚肉、コンビーフハッシュ、カステラかまぼこ	牛乳、木綿豆腐、絹ごし豆腐、豚肉、大豆タンパク、鶏卵、ベーコン、鶏肉	牛乳、ウインナー、ハムチーズフライ、鶏ガラ、むきあさり、むきえび、イカ	牛乳、ハンバーグ、ベーコン、ひよこ豆、レンズ豆、レッドキドニー、鶏肉	牛乳、さば、絹ごし豆腐、わかめ、かつお節、ヨーグルト
き	精白米、小麦粉、かたくり粉、なたね油	押し麦、精白米、なたね油、ごま油、かたくり粉、アーモンド、パンパンジードレッシング、クリームコーン	精白米、なたね油、無塩バター、マカロニ	食パン、なたね油、かたくり粉、コーン、無塩バター、小麦粉、じゃがいも	精白米、雑穀米、白ごま、なたね油、ごま油
みどり	キャベツ、もやし、にんじん、にら、しいたけ、こんにやく、ねぎ	たまねぎ、たけのこ、にんじん、長ねぎ、しょうが、ブロッコリー、こまつな、セロリー、にら、にんにく、赤パプリカ	たまねぎ、グリーンアスパラ、ピーマン、にんじん、セロリー、長ねぎ、にんにく、トマト	パイン、ブロッコリー、キャベツ、しめじ、赤ピーマン、トマトダイス缶、たまねぎ、人参	にんじん、枝豆、こんにやく、はくさい、ごぼう
こんだて	28日	29日	30日	31日	
こんだて	牛乳 ごはん 肉みそごぼう丼 大根のすまし汁 桃まんじゅう	牛乳 きびご飯 チキンの照り焼き ひじきの炒め煮 石狩汁	牛乳 麦ごはん ハヤシライス 彩り温サラダ パインゼリー	牛乳 スパゲティ ミートソース コロッケ 野菜スープ	
あか	牛乳、大豆タンパク、豚肉、わかめ、かつお節、牛肉	牛乳、鶏肉、ひじき、豚肉、さけ、かつお節、大豆、油揚げ	牛乳、牛肉、鶏肉	牛乳、合いびき肉、鶏レバー、大豆タンパク、ベーコン、チーズ、鶏ガラ	
き	精白米、ごま油、なたね油、桃まんじゅう	精白米、もちきび、なたね油、里芋	押し麦、精白米、小麦粉、無塩バター、パインゼリー、イタリアンドレッシング	スパゲティ麺、なたね油、白花豆コロッケ	
みどり	たまねぎ、にんじん、枝豆、しょうが、大根、ねぎ、たけのこ、ごぼう、にんにく	にんじん、絹さや、にんじん、長ねぎ、こんにやく	たまねぎ、にんじん、グリーンアスパラ、にんじん、もやし、きゅうり、グリーンピース	たまねぎ、にんじん、ピーマン、しょうが、トマトダイス缶、はくさい、セロリー、にんにく	

※材料、その他の都合により献立を変更することがあります。

# 食材産地表

平成31年1月に給食で使用している食材の産地は下記の通りです。  
 (献立に使用される食材は、出荷状況、天候等により変更される場合もあります。)

品名	産地	品名	産地
基本物資		野菜類	
米	香川、大分	白菜	鹿児島、長崎、宮崎
雑穀米	国産	ほうれん草	沖縄
押し麦	国産	ごぼう	台湾
玄米	国産	あおさ	沖縄
牛乳		玉葱	北海道
牛乳	沖縄、熊本	にんじん	沖縄、長崎
肉類		アスパラ	ペルー
鶏肉	アメリカ、国産	絹さや	グアテマラ
鶏レバー	国産	かぼちゃ	オーストラリア、ニュージーランド、NZ
豚肉	ロシア、カナダ		
豚ひき肉	国産	ねぎ	沖縄
		セロリ	沖縄
鶏卵		里芋	鹿児島
液卵	沖縄	ピーマン	沖縄
		じゃがいも	長崎、沖縄
魚介類		赤ピーマン	韓国
赤魚	ノルウェー	黄ピーマン	韓国
鮭	北海道	生姜	沖縄、長崎
グルクン	ベトナム	長ねぎ	大分、鹿児島
さば	ノルウェー	小松菜	沖縄
きびなご	鹿児島	チンゲン菜	沖縄
かのこイカ	ペルー	キャベツ	沖縄
むきえび	インド	さつまいも	鹿児島、宮崎
		大根	鹿児島、宮崎
果物		カリフラワー	エクアドル
みかん	和歌山、愛媛	ブロッコリー	アメリカ
		ニラ	沖縄
		枝豆	タイ
		グリーンピース	ニュージーランド
		もやし	沖縄
		パクチョイ	沖縄
		きゅうり	沖縄
		冬瓜	沖縄
		からし菜	沖縄
		ねぎ	沖縄

## アレルギー表（調味料・加工品）

アレルギー表示義務食品（7品目）： 卵、乳、小麦、そば、落花生、エビ、カニ

アレルギー表示推奨食品（20品目） アワビ、イカ、イクラ、オレンジ、キウイ、牛肉、クルミ、サケ、サバ、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、マツタケ、モモ、ヤマイモ、リンゴ、ゼラチン、カシューナッツ、ゴマ

### ○調味料類

食品名	アレルギー成分	食品名	アレルギー成分
白みそ	大豆	○加工品類	
赤みそ	大豆		
甘口白みそ	大豆		
こいくちしょうゆ	小麦、大豆	ウインナー（ホットドック用）	豚肉、卵
うすくちしょうゆ	小麦、大豆	ウインナー（炒め用）	乳、小麦、大豆、豚肉
オイスターソース	大豆、魚介類	ベーコン	乳、豚肉
料理酒	無し	チキアギ	無し
豆板醤	無し	白かまぼこ	無し
本みりん	無し	鶏ささみチャンク	鶏肉
特濃酢	小麦	うすらの卵	卵
ホワイトルウ（フレーク）	乳、小麦、牛肉、大豆、鶏肉	コンビーフハッシュ	牛肉
ハヤシルウ（フレーク）	小麦、牛肉、大豆	スパゲティー	小麦
ウスターソース	大豆、リンゴ	かに風味かまぼこ	かに
カレー粉	無し	ちくわ	無し
ポタージュスープの素	小麦、乳、鶏肉	カステラかまぼこ	卵
カレールウ（ディナー）	乳、小麦、牛肉、大豆、バナナ、豚肉、リンゴ	大豆たんぱく	大豆
カレールウ（マイルド）	小麦、卵、乳、リンゴ、豚肉、大豆	スパゲティー	小麦
トマトペースト		ラーメン	小麦
白ワイン	無し	塩麴	大豆
エッグケア（イggフリーマネズ）	大豆、リンゴ	マカロニ	小麦
ケチャップ	無し	みかん缶	無し
味天上	豚肉、鶏肉、小麦、大豆	黄桃	もも
ヨーグルト	乳	パイン缶	無し
生クリーム	乳	青のり	無し
マイルドデミグラスソース	小麦、鶏肉	炊き込みわかめ	本製品で使用しているわかめは、えび、かきの生息域で採取しています。
トマトピューレ	無し	かやくご飯の素（チキンピラフ）	乳、大豆、鶏肉、豚肉、りんご
クリームコーン	小麦、乳、牛肉	オムライスシート	卵、小麦、大豆
チーズパウダー	乳	ジェノバペースト	乳
チキンブイヨン	鶏肉	クリームコーン	無し
ポークブイヨン	鶏肉、豚肉	テンメンジャン	小麦、ごま、大豆
ツナ	無し		
無塩バター	乳		
鶏がら	鶏肉、卵		
ハンバンジードレッシング	小麦、ごま、大豆、鶏肉、豚肉、ゼラチン		
イタリアンドレッシング	無し		
ナムルドレッシング	小麦、ごま、大豆、鶏肉、豚肉		
サウザンドレッシング	無し		