

令和8年		1923年9月1日に関東大震災が発生したことにちなみ、9月1日は「防災の日」です。近年では気候変動の影響からか豪雨も頻発し、各地で甚大な被害が相次いでいる状況です。災害予報が出てから準備しては遅いので、日ごろから水や食料品は多めにストックしておくで安心です。				赤の食品:血や肉、骨をつくる 黄の食品:動く力や体温となる 緑の食品:体の調子を整える	
9月予定献立表						本部町立学校給食センター 電話:0980(48)2213	
こ ん だ て	【本部町産食材】 粉かつお シークワサー果汁 もずく 給食では、本部町産や 沖縄県産などの 地元食材を活用した 給食提供に努めています。		1(火) トマトミートオムレツ きのこスパゲティ ツナポテサラダ	2(水) アンザックビスケット たまごサンド コッペパン 野菜スープ	3(木) ごぼうサラダ なっとうみそ ごはん 冬瓜と鶏のおつゆ	4(金) オレンジ 芋くじ天ぷら ぼろぼろじゅーしー マンクーグワ 沖縄終戦の日によせて (9月7日)	
あ か			牛乳、ツナ、鶏肉、トマトミートオムレツ	牛乳、卵、鶏肉、豆乳	納豆、みそ、かつお節、昆布、牛乳、豚肉、鶏肉	厚揚げ、もずく、豚肉、牛乳	
き			じゃがいも、三温糖、マーガリン、ごま、スパゲティ、卵抜きマヨネーズ、油	オートミール、じゃがいも、グラニュー糖、三温糖、マーガリン、小麦粉、コッペパン、油、卵抜きマヨネーズ	三温糖、米、油	カルシウム米、芋くじ天ぷら、米、油	
み ど り			きゅうり、玉ねぎ、人参、しめじ、まいたけ、木くらげ、にんにく、コーン、椎茸	キャベツ、きゅうり、ピクルス、大根、玉ねぎ、人参、ブロッコリー	きゅうり、とうがん、人参、ねぎ、ごぼう、小松菜、椎茸、しょうが	大根、とうがん、人参、オレンジ、小松菜、あお豆、椎茸	
こ ん だ て	7(月) おおか和え 親子丼 ごはん ごろごろ豚汁	8(火) マカロニチーズグラタン カレーピラフ マセドアンサラダ	9(水) 幼稚園欠食(牛乳あり) 小松菜のソテー カスタードクリーム コッペパン チキンのトマト煮	10(木) 人参しりしりー 魚のシークワサー風みそ焼き きびご飯 もずくスープ	11(金) さばの竜田揚げ ジャージャー麺 海苔のナムル		
あ か	豆腐、竹輪、みそ、かつお節、牛乳、卵、豚肉、鶏肉	かまぼこ、チーズ、ひよこ豆、白花生、白いんげん豆、牛乳、鶏肉、ハム	大豆、牛乳、卵、鶏肉、ベーコン	もずく、ホキ、ツナ、みそ、かつお節、魚そうめん、牛乳、卵	さば、大豆、みそ、牛乳、豚肉、きざみのり		
き	じゃがいも、三温糖、米、油	じゃがいも、マーガリン、マカロニ、パン粉、カルシウム米、米、油	じゃがいも、グラニュー糖、マーガリン、コッペパン、米粉、油、コーンスターチ	油、三温糖、麩、米、もちきび	でん粉、油、三温糖、ごま、中華めん、ごま油		
み ど り	こんにゃく、キャベツ、大根、玉ねぎ、人参、長ねぎ、白菜、ほうれん草、あお豆	キャベツ、きゅうり、玉ねぎ、人参、青ピーマン、赤ピーマン、パセリ、ブロッコリー、マッシュルーム、ズッキーニ、にんにく	キャベツ、小松菜、玉ねぎ、人参、もやし、カリフラワー、トマト缶、にんにく、コーン	にら、人参、ほうれんそう、パパイア、シークワサー果汁	玉ねぎ、なす、人参、もやし、しょうが、筍、木くらげ、小松菜、にんにく		
こ ん だ て	14(月) 本部中学校欠食 チーズおから 豚肉の生姜焼き ごはん じゃがいものみそ汁	15(火) 豆腐ハンバーグ 中華風 炊き込みおこわ 油揚げとキャベツの ごま酢あえ	16(水) フルーツヨーグルト スラピージョ コッペパン ポトフ	17(木) 手作りちんすこう クブイリチー 黒米ごはん なかみじる 琉球料理の日 トーチカによせて(9月18日)	18(金) 焼き栗コロッケ ボンゴレスパゲティ ピーンズサラダ		
あ か	豆腐、おから、みそ、チーズ、牛乳、油揚げ、わかめ、鶏肉、豚肉	牛乳、油揚げ、鶏肉、豆腐ハンバーグ	ヨーグルト、赤いんげん豆、大豆、牛乳、豚肉、ウィンナー	チキアギ、豚中身、牛乳、豚肉、刻み昆布	ハム、鶏肉、ミックスビーンズ、あさり、牛乳		
き	じゃがいも、三温糖、米、油	もち米、三温糖、ごま、米、油、ごま油	じゃがいも、三温糖、コッペパン、油	グラニュー糖、三温糖、小麦粉、黒米、米、油、ラード	油、三温糖、スパゲッティ、油、焼き栗コロッケ		
み ど り	大根、玉ねぎ、人参、ねぎ、しょうが	キャベツ、人参、しめじ、筍、あお豆、ごぼう、椎茸	キャベツ、大根、玉ねぎ、人参、パイン缶、バナナ、みかん缶、もも缶、木くらげ、ブロッコリー	こんにゃく、椎茸、千切大根、しょうが	キャベツ、きゅうり、玉ねぎ、コーン、人参、青ピーマン、あお豆、マッシュルーム、トマト缶、にんにく		
こ ん だ て	敬老の日		国民の休日		秋分の日		
あ か					24(木) コールスローサラダ レンコン入りつくね ごはん ポークシチュー		
き					白花生、白いんげん豆、牛乳、豚肉、レンコン入りつくね		
み ど り					じゃがいも、三温糖、米、油、卵抜きマヨネーズ		
こ ん だ て	28(月) オレンジ からし菜炒め ひじきの佃煮 麦ごはん シカムドウチ	29(火) ミニ肉まん キムチチャーハン ナムル	30(水) きびなごのガーリック揚げ なすのミートソースペネ 黒糖パン ジュリエヌスープ	9月1日は 防災の日 地震や台風など大きな災害が起こると、電気やガス、水道などのライフラインが止まってしまうたり、お店で商品が買えなくなってしまうたりして、いつものように水や食べ物を手に入れることが難しくなります。いざという時に困らないように、家庭で水と食べ物を備えておくで安心です。最低3日分、できれば1週間分を、家族の状況に合わせて用意し、定期的に見直すようにしましょう。			
あ か	カステラかまぼこ、豚肉、ツナ、ひじき、カエリ、牛乳、卵	豚肉、ミニ肉まん、牛乳、卵	きびなご、牛乳、豚肉	ひごろ 日頃からの準備が とても大切です!			
き	油、三温糖、ごま、麩、麦、米	ごま油、油、三温糖、ごま、麦、カルシウム米、米	でん粉、マカロニ、黒糖パン、油				
み ど り	こんにゃく、からしな、とうがん、人参、オレンジ、しょうが、椎茸	きゅうり、小松菜、玉ねぎ、人参、ねぎ、もやし、たけのこ、白菜キムチ	玉ねぎ、なす、人参、白菜、にんにく				

令和8年9月 詳細献立表(アレルギー用) 本部町給食センター 0980-48-2213

※「詳細献立表」には、使用する食材と、アレルギー表示義務のある9品目及びその他20品目について表示しています。

表示義務(特定原材料) 9品目				その他 20品目			
卵	乳	小麦	落花生(ピーナッツ)	えび	そば	かに	くるみ カシューナッツ
あわび				いか			
いくら				オレンジ			
キウイフルーツ				牛肉			
鮭				さば			
ゼラチン				大豆			
鶏肉				バナナ			
豚肉				もも			
山芋				りんご			
ごま				アーモンド			
ビスタチオ				マカダミアナッツ			

《よく使用する調味料・食材アレルギー一覧》					
①しょうゆ(小麦/大豆)	②酢・特濃酢(小麦)	③豆腐・豆乳	おから・赤みそ・白みそ・麦みそ・甘口みそ・油あげ・厚揚げ・大豆油(大豆)	④マーガリン(乳/大豆)	⑤バター(乳)
⑥ツナ(大豆)	⑦卵抜きマヨネーズ(大豆)	⑧ごま油(ごま)	⑨鶏だし骨(鶏肉/卵)	⑩豚だし骨(豚肉)	⑪チキンブイヨン(鶏肉)
⑫ポークブイヨン(豚肉/鶏肉)	⑬料理酒(小麦)	※ 揚げ油(大豆)は、揚げ物に数回使用しています。	※ 魚そうめん・煮干しなどで使用している魚類は、えび・かにを食べています。	※ 海藻類、のり、もずく、チリメン、あさりの漁場にはえび、かに類が生息しています。	※ 天候・材料の都合により、献立を変更する場合があります。

日	曜日	牛乳	献立名	使用食材
1	火	○	きのこスパゲティ ツナポテサラダ トマトミートオムレツ	スパゲッティ(小麦)、鶏肉、人参、玉ねぎ、木くらげ、しめじ、まいたけ、椎茸、にんにく、大豆油、しょうゆ、シママース、ポークブイヨン、マーガリン ツナ、じゃがいも、きゅうり、コーン、卵抜きマヨネーズ、シママース、こしょう、三温糖、酢、ごま トマトミートオムレツ(卵・大豆・鶏肉)
2	水	○	コッペパン 野菜スープ たまごサンド アンザックビスケット	コッペパン(小麦・乳・大豆) 鶏肉、じゃがいも、大根、人参、玉ねぎ、キャベツ、ブロッコリー、シママース、こしょう、チキンブイヨン、しょうゆ、大豆油、コンソメ(大豆・牛肉) 卵、大豆油、きゅうり、玉ねぎ、人参、ピクルス、卵抜きマヨネーズ、シママース、酢、三温糖 マーガリン、グラニュー糖、豆乳、小麦粉、ベーキングパウダー、オートミール
3	木	○	ごはん 冬瓜と鶏のおつゆ ごぼうサラダ なっとうみそ	米 鶏肉、とうがん、人参、小松菜、椎茸、昆布、粉かつお、生姜、しょうゆ、シママース、みりん風 ごぼう、人参、きゅうり、三温糖、しょうゆ、ごまドレッシング(小麦・ごま・大豆) 大豆油、豚肉、料理酒、赤みそ、白みそ、三温糖、みりん風、生姜、納豆(大豆)、ねぎ、かつお節
4	金	○	ほろほろじゅーしー ヌンクグラー 芋くじ天ぷら オレンジ	米、カルシウム米、豚肉、小松菜、もずく、とうがん、人参、椎茸、しょうゆ、シママース、粉かつお 大根、人参、豚肉、厚揚げ、あお豆、大豆油、粉かつお、しょうゆ、シママース、みりん風、料理酒 芋くじ天ぷら、油 ネーブルオレンジ
7	月	○	ごはん ごろごろ豚汁 親子丼 おかか和え カレーピラフ	米 豚肉、豆腐、人参、大根、こんにゃく、じゃがいも、長ねぎ、大豆油、赤みそ、白みそ、粉かつお 鶏肉、人参、玉ねぎ、キャベツ、竹輪、卵、あお豆、大豆油、粉かつお、三温糖、しょうゆ、料理酒、シママース、 白菜、ほうれん草、人参、かつお節、和風ドレッシング(小麦・大豆・りんご)、しょうゆ、三温糖 米、カルシウム米、鶏肉、ひよこ豆、玉ねぎ、人参、青ピーマン、マッシュルーム、大豆油、にんにく、鶏だし骨、料理酒、しょうゆ、ウスターソース、カレー粉、シママース、こしょう、マーガリン
8	火	○	マカロニチーズグラタン マセドアンサラダ コッペパン	かまぼこ、ズッキーニ、ピーマン、人参、玉ねぎ、大豆油、マカロニ(小麦)、白花生、白いんげんまめ、ホワイトソース(小麦・乳・大豆)、チーズ(乳)、パン粉(小麦)、バセリ、シママース、こしょう ブロッコリー、じゃがいも、キャベツ、きゅうり、赤ピーマン、プレスハム(乳・大豆・豚肉)、イタリアンドレッシング コッペパン(小麦・乳・大豆)
9	水	○	チキンのトマト煮 小松菜のソテー カスタードクリーム	鶏肉、じゃがいも、人参、玉ねぎ、キャベツ、トマト缶、カリフラワー、大豆、大豆油、米粉、マーガリン、ケチャップ、ウスターソース、シママース、豚だし骨 小松菜、もやし、無添加ベーコン(豚肉・大豆)、コーン、シママース、にんにく、しょうゆ、こしょう、大豆油 卵、牛乳、コンスターチ、グラニュー糖、バニラエッセンス
10	木	○	きびご飯 もずくスープ 魚のシークワサー風みそ焼き 人参しりしりー	米、もちきび もずく、魚そうめん、ほうれんそう、粉かつお、しょうゆ、シママース、料理酒、みりん風 ホキ、白みそ、三温糖、みりん風、料理酒、シークワサー果汁 人参、パパイア、にら、ツナ、卵、麩(小麦)、油、シママース、かつお節、しょうゆ、油
11	金	○	ジャージャー麺 さばの竜田揚げ 海苔のナムル	中華めん(小麦・大豆)、ごま油、豚肉、大豆、玉ねぎ、なす、筍、木くらげ、にんにく、油、甜麺醬(小麦・大豆・ごま)、赤みそ、豆板醬、三温糖、しょうゆ、でん粉 さば、しょうが、料理酒、しょうゆ、でん粉、油 もやし、人参、小松菜、ごま、しょうゆ、シママース、三温糖、ごま油、きざみのり
14	月	○	ごはん じゃがいものみそ汁 豚肉の生姜焼き チーズおから	米 じゃがいも、玉ねぎ、油揚げ、わかめ、豆腐、大根、赤みそ、白みそ、粉かつお 豚肉、生姜、しょうゆ、みりん風、ケチャップ、料理酒 鶏肉、三温糖、しょうゆ、人参、玉ねぎ、おから、チーズ(乳)、牛乳、ねぎ、大豆油、シママース
15	火	○	中華風炊き込みおこわ 豆腐ハンバーグ 油揚げとキャベツのごま酢あえ	米、もち米、鶏肉、人参、ごぼう、筍、あお豆、椎茸、ポークブイヨン、しょうゆ、みりん風、シママース、料理酒、大豆油、ごま油 豆腐ハンバーグ(大豆・豚肉・鶏肉)、しょうゆ、三温糖、みりん風、料理酒、ごま油 油揚げ、三温糖、キャベツ、人参、酢、ごま、しょうゆ
16	水	○	コッペパン ポトフ スラピージョ フルーツヨーグルト	コッペパン(小麦・乳・大豆) ウインナー(小麦・乳・牛肉・豚肉・大豆)、じゃがいも、大根、人参、玉ねぎ、キャベツ、ブロッコリー、大豆油、豚だし骨、コンソメ(大豆・牛肉)、シママース、こしょう、しょうゆ 豚肉、大豆、赤いんげん豆、玉ねぎ、木くらげ、大豆油、三温糖、シママース、ケチャップ、ウスターソース、マスタード バナナ、バイン缶、みかん缶、もも缶、ヨーグルト(乳)
17	木	○	黒米ごはん なかみじる クレープチャー 手作りちんすこう	米、黒米 豚中身、豚肉、椎茸、こんにゃく、生姜、ポークブイヨン、しょうゆ、シママース、粉かつお、豚だし骨 豚肉、三温糖、しょうゆ、刻み昆布、千切大根、チキアギ(大豆)、粉かつお、大豆油、料理酒、みりん風、シママース 小麦粉、グラニュー糖、ラード
18	金	○	ボンゴレスパゲティ 焼き栗コロッケ ビーンズサラダ	スパゲッティ(小麦)、シママース、大豆油、あさり、料理酒、鶏肉、人参、玉ねぎ、青ピーマン、マッシュルーム、トマト缶、ケチャップ、デミグラスソース(小麦 牛肉 大豆 豚肉)、にんにく、油、こしょう 焼き栗コロッケ(小麦)、油 プレスハム(乳・大豆・豚肉)、ミックスビーンズ、あお豆、コーン、きゅうり、キャベツ、ごまドレッシング(小麦・ごま・大豆)、シママース、三温糖
24	木	○	ごはん ポークシチュー レンコン入りつくね コールスローサラダ	米 豚肉、料理酒、にんにく、シママース、大豆油、じゃがいも、人参、玉ねぎ、トマト缶、ケチャップ、ウスターソース、デミグラスソース(小麦 牛肉 大豆 豚肉)、ハヤシルウ(小麦・大豆・牛肉)、白花生、白いんげんまめ、こしょう、ポークブイヨン、さとうきびパウダー レンコン入りつくね(小麦・大豆・鶏肉)、油 キャベツ、きゅうり、人参、コーン、フレンチドレッシング、卵抜きマヨネーズ、三温糖、シママース、こしょう
25	金	○	ひじきごはん タマナーチャンプルー ふちゃぎ	米、鶏肉、人参、ごぼう、油揚げ、椎茸、ひじき、あお豆、大豆油、料理酒、みりん風、しょうゆ、シママース、粉かつお 豚肉、キャベツ、もやし、人参、にら、厚揚げ、チキアギ(大豆)、大豆油、しょうゆ、シママース、こしょう、かつお節 もち粉、グラニュー糖、シママース、あずき
28	月	○	麦ごはん シカムドゥチ からし菜炒め ひじきの佃煮 オレンジ	米、麦 豚肉、カステラかまぼこ、椎茸、とうがん、こんにゃく、シママース、しょうゆ、みりん風、料理酒、粉かつお、生姜 からし菜、麩(小麦)、卵、油、人参、ツナ、シママース、しょうゆ ひじき、カエリ、ごま、三温糖、みりん風、酢、しょうゆ ネーブルオレンジ
29	火	○	キムチチャーハン ミニ肉まん ナムル	米、麦、カルシウム米、豚肉、人参、玉ねぎ、たけのこ、ねぎ、白菜キムチ(小麦・りんご・大豆・さば)、シママース、オイスターソース、キムチ味(りんご・大豆)、しょうゆ、こしょう、料理酒、ごま油、卵、油 ミニ肉まん(小麦・大豆・豚肉・ごま) もやし、小松菜、きゅうり、人参、ごま、ドレッシング韓国ナムル(ごま・大豆・小麦・豚肉・鶏肉)、三温糖
30	水	○	黒糖パン ジュリエンスープ なすのミートソースペンネ きびなごのガーリック揚げ	黒糖パン(小麦・乳・大豆) 白菜、人参、玉ねぎ、チキンブイヨン、鶏がらスープ(鶏肉)、シママース、こしょう マカロニ(小麦)、豚肉、玉ねぎ、なす、人参、にんにく、大豆油、ケチャップ、トマトピューレ、中濃ソース(りんご)、シママース、こしょう、赤ワイン きびなご、料理酒、しょうゆ、にんにく、でん粉、油