

令和5年10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 7品目	表示の推奨 21品目
卵 乳 小麦 ソバ 落花生 エビ カニ	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 山芋 リンゴ ゼラチン カシューナッツ ゴマ アーモンド

※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。

日付	こ ん だ て	食材名	調味料
2(月)	わかめごはん	精白米、炊き込みわかめ、カルシウム米	
	厚揚げの野菜炒め	厚揚げ(大豆)、にんじん、豚肉、はくさい、絹さや、調合油、かつお節	しょうゆ(小麦、大豆)、三温糖、シママース、おろししょうが、かたくり粉
	唐揚げ	若鶏のから揚げ(小麦、鶏肉、大豆)、調合油	
	魚ソーメン汁	魚ソーメン、なると、長ねぎ、かつお節	うすくちしょうゆ(小麦、大豆)、シママース
3(火)	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
	青菜とベーコンの炒め	小松菜、もやし、たまねぎ、無塩漬ベーコン(豚肉)、しめじ、スイートコーン	シママース、こしょう、乳なしマーガリン(大豆)、しょうゆ(小麦、大豆)
	千草焼き	千草焼(小麦、卵、乳、大豆、鶏肉)	
	けんちん汁	豚肉、こんにゃく、里芋、にんじん、ごぼう、長ねぎ、かつお節	おろししょうが、シママース、しょうゆ(小麦、大豆)、三温糖
4(水)	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
	豚肉の生姜炒め	豚肉、たまねぎ、にんじん、三色ピーマン、もやし、調合油	おろししょうが、三温糖、しょうゆ(小麦、大豆)、本みりん、料理酒
	いわしかぼすレモン煮	いわしかぼすレモン煮(小麦、大豆)	
	若竹汁	たけのこ、にんじん、絹ごし豆腐(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
6(金)	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
	鶏肉の生姜焼き	鶏肉の生姜焼き(大豆、小麦)	
	いり豆腐	木綿豆腐(大豆)、鶏肉、にんじん、絹さや、しいたけ、調合油、かつお節	三温糖、しょうゆ(小麦、大豆)、シママース
	青菜としめじのみそ汁	小松菜、しめじ、たまねぎ、長ねぎ、かつお節	白みそ(大豆)、赤みそ(大豆)
10(火)	麦ごはん	精白米、押し麦、カルシウム米	
	クービーリチー	昆布、豚肉、こんにゃく、にんじん、チキアギ、かつお節、調合油	しょうゆ(小麦、大豆)、本みりん、料理酒、三温糖
	サバの白みそソースがけ	サバ	シママース、おろししょうが、料理酒、白みそ(大豆)、三温糖、うすくちしょうゆ(小麦、大豆)、かたくり粉
	ゆし豆腐	ゆし豆腐(大豆)、ねぎ、かつお節	シママース、うすくちしょうゆ(小麦、大豆)
11(水)	デザート(ブルーベリーゼリー)	ブルーベリーゼリー	
	コッペパン	コッペパン(小麦、大豆、乳)	
	肉団子(照焼)	うす味国産鶏肉使用の肉団子(照焼)(大豆、鶏肉、豚肉)	
	ブロッコリーのごま和え	ブロッコリー、カリフラワー、三色ピーマン、とりささみチャンク(鶏肉)、白ごま	香りごまドレッシング(小麦、ごま、大豆)
12(木)	ミネストローネスープ	無塩漬ウインナーソーセージ(豚肉)、にんじん、たまねぎ、じゃがいも、トマトダイス	しょうゆ(小麦、大豆)、シママース、三温糖、ガラスープスタンダード(鶏肉、豚肉、りんご)
	さつま芋ご飯	精白米、さつまいも、カルシウム米、黒ごま	シママース
	国産カツオカツ	国産カツオカツ(小麦、大豆)、調合油	
	冬瓜の煮付け	とうがん、豚肉、にんじん、厚揚げ(大豆)、昆布、かつお節、調合油	しょうゆ(小麦、大豆)、本みりん、料理酒、三温糖
13(金)	果物(りんご)	りんご	
	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
	麩チャンプルー	キャベツ、たまねぎ、豚肉、にんじん、湿麩(小麦、大豆)、もやし、にら、調合油	しょうゆ(小麦、大豆)、こしょう、シママース
	焼き栗コロッケ	焼き栗コロッケ(小麦、大豆)、調合油	
16(月)	もずくスープ	もずく、にんじん、ねぎ、白ごま、かつお節	うすくちしょうゆ(小麦、大豆)、シママース、おろししょうが
	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
	ささみチーズフライ	ささみチーズフライ(乳、小麦、鶏肉、大豆)、調合油	
	キノコとほうれん草のソテー	ほうれん草、赤パプリカ、無塩漬ベーコン(豚肉)、しめじ、えのきたけ、カリフラワー、調合油	しょうゆ(小麦、大豆)、シママース、こしょう、三温糖
17(火)	ABCマカロニスープ	ABCマカロニ(小麦)、鶏肉、たまねぎ、にんじん、セロリー	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)
	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
	マーボー大根丼	だいこん、木綿豆腐(大豆)、豚肉、水戻し大豆ミンチ(大豆)、たまねぎ、にら、調合油、ごま油(ごま)	おろししょうが、おろしにんにく、三温糖、しょうゆ(小麦、大豆)、赤みそ(大豆)、料理酒、かたくり粉、豆ばん醬、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)
	中華風サラダ	緑豆はるさめ、きゅうり、もやし、オーシャンキングほぐし身(魚肉)、とりささみチャンク(鶏肉)	バ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)
20(金)	フルーツ杏仁	豆乳ゼリー・杏仁風味(大豆)、黄桃、パイン、みかん	ポッカレモン
	黒米ごはん	精白米、黒米、カルシウム米	
	千切りイリチー	千切り大根、にんじん、豚肉、絹さや、かつお節、調合油	しょうゆ(小麦、大豆)、三温糖、本みりん、シママース
	もずく入り厚焼玉子	沖縄産もずく入り厚焼玉子(卵、小麦、大豆)	
23(月)	イナムドゥチ	豚肉、しいたけ、こんにゃく、白かまぼこ、ねぎ、かつお節	白みそ(大豆)、甘口白みそ(大豆)、三温糖
	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
	すき焼き	牛肉、はくさい、沖縄豆腐(大豆)、糸こんにゃく、ほうれん草、にんじん、長ねぎ、かつお節、調合油	おろししょうが、しょうゆ(小麦、大豆)、本みりん、三温糖、料理酒
	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	
23(月)	果物(りんご)	りんご	

24(火)	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
	タコライス	合びき肉(豚肉、牛肉)、大豆の華、たまねぎ、にんじん、トマトダイス、調合油、キャベツ、クッキングチーズ(乳)	パプリカパウダー、チリパウダー、ケチャップ、しょうゆ(小麦、大豆)、シママース、三温糖、おろしにんにく、おろししょうが、ウスターソース(大豆、りんご)
	洋風スープ	鶏肉、ほうれん草、にんじん、しめじ	シママース、しょうゆ(小麦、大豆)、チキンガラスープ(鶏肉)
	レモンムース	レモンムース(豆乳)(大豆、ゼラチン)	
25(水)	クリームスパゲティ	スパゲティ(小麦)、無塩漬ベーコン(豚肉)、ほうれん草、にんじん、たまねぎ、黄パプリカ、調合油	ホワイトルウ(小麦、豚肉)、シママース、おろしにんにく、こしょう、チキンガラスープ(鶏肉)
	ほうれん草オムレツ	Caたっぷりオムレツ(ほうれん草)(卵、大豆)	
	マリネ風サラダ	キャベツ、カリフラワー、たまねぎ、きゅうり、とりささみチャンク(鶏肉)、スイートコーン	三温糖、シママース、マリネドレッシング(大豆、りんご)
27(金)	クファージュシー	精白米、カルシウム米、三枚肉(豚肉)、白かまぼこ、ごぼう、にんじん、しいたけ、ほしひじき、ねぎ、かつお節、調合油	しょうゆ(小麦、大豆)、料理酒、シママース、本みりん
	さんまのみぞれ煮	さんまみぞれ煮(小麦、大豆)	
	チムシンジ	豚肉、豚レバー(豚肉)、じゃがいも、にんじん、かつお節	料理酒、白みそ(大豆)、おろしにんにく、おろししょうが
	果物(みかん)	みかん	
30(月)	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
	赤魚のもみじ焼き	赤魚、裏ごし人参、トマトダイス	シママース、エッグケア(大豆)、ガラスープスタンダード(鶏肉、豚肉、りんご)、三温糖、シママース、パプリカパウダー、パセリ
	白菜と豚肉の炒め	はくさい、豚肉、にんじん、もやし、にら、調合油	シママース、こしょう、しょうゆ(小麦、大豆)、料理酒
	なめこのみそ汁	なめこ、絹ごし豆腐(大豆)、わかめ、ねぎ、かつお節	赤みそ(大豆)、白みそ(大豆)
31(火)	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
	かぼちゃ型ハンバーグ	かぼちゃ型ハンバーグ(大豆、鶏肉、豚肉)	
	ツナサラダ	ブロッコリー、きゅうり、ツナフレーク、スイートコーン	サウザンアイランドドレッシング
	パンプキンスープ	鶏肉、たまねぎ、かぼちゃ、じゃがいも、にんじん、白花豆&白いんげん豆ペースト	小麦粉(小麦)、乳なしマーガリン(大豆)、ホワイトルウ(小麦、豚肉)、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