

2025年(令和7年)



7・8月給食だより

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・・・体の調子をととのえる

伊江村学校給食共同調理場 49-2201

※天候により材料や献立を変更する場合があります。

	月	火	水	木	金	
献立	7月の行事欠食予定 9(水)西幼:欠食(お弁当) 11(金)伊江幼:欠食(お弁当) 	1 牛乳 麦ごはん マーボーへちま しらたきのシークワサーあえ 枝豆	2 牛乳 まぐろカツバーガー 〔パン〕 鯛産まぐろのカツ ソース アーサーミネストローネ フルーツとアセロラジュレ	3 牛乳 スタミナ丼(麦ごはん) かき玉みそ汁 黒糖アガラサー	4 牛乳 夏野菜のナポリタン さばのハーブ焼き スイートポテトサラダ	
		米 麦 ごま油 かつくり粉 サラダ油 ごま 三温糖	パン じゃがいも マカロニ サラダ油 アセロラジュレ	米 麦 ごま ごま油 三温糖 サラダ油 かつくり粉 小麦粉 黒糖	スパゲティ オリーブ油 サラダ油 さつまいも マヨネーズ 三温糖	
		牛乳 豆腐 豚肉 大豆 みそ きんし卵	牛乳 豚肉 白いんげん豆 アーサー まぐろ	牛乳 豚肉 卵 豆腐 みそ	牛乳 豚肉 ウインナー さば レッドキドニー	
		しょうが にんにく へちま にんじん 玉ねぎ たけのこ きくらげ しいたけ しらす きゅうり もやし シークワサー果汁 枝豆	にんじん 玉ねぎ いんげん トマト缶 みかん バイナップル もも アロエ	しょうが にんにく にんじん 玉ねぎ もやし きくらげ にんにく(芽) こんにゃく 大根 こまつな	にんじん 玉ねぎ なす パプリカ ビーマン マッシュルーム トマト缶 にんにく レモン果汁 バジル タイム きゅうり コーン	
献立	☆セタにちなんだ献立 牛乳 麦ごはん 星型ハンバーグ ゴーヤーチャンプルー そうめん汁	7 牛乳 担々みそラーメン 春巻き モーウイの梅かつおあえ	8 牛乳 コッペパン 洋風炒り豆腐 かぼちゃのクリーム煮 パイナップル	9 牛乳 麦ごはん ししゃものごま焼き シブインブシー 納豆あえ くだもの	10 牛乳 マヨネーズ じゃがいも 三温糖	11 牛乳 コーンピラフ 魚のマスタード焼き ポテトのミートソース煮
	米 麦 そうめん 三温糖 かつくり粉 サラダ油	ラーメン ごま油 ごま 三温糖 サラダ油	パン じゃがいも 小麦粉 マーガリン サラダ油 コーンスターチ	米 麦 サラダ油 ごま ごま油	米 麦 サラダ油 マヨネーズ じゃがいも 三温糖	
	牛乳 かまぼこ ハンバーグ 豚肉 豆腐 卵	牛乳 豚肉 大豆 みそ かつお節	牛乳 鶏肉 脱脂粉乳 豚肉 大豆 豆腐 卵	牛乳 豚肉 昆布 豆腐 みそ ししゃも 納豆	牛乳 鶏肉 ホキ 豚肉 豚レバー 大豆	
	しいたけ おくら しょうが 玉ねぎ にんにく にんじん ゴーヤー	にんじん 玉ねぎ もやし 長ねぎ こまつな きくらげ しょうが にんにく モーウイ きゅうり 大根 梅干し	かぼちゃ にんじん 玉ねぎ マッシュルーム にんにく コーン バイナップル	とうがん にんじん こんにゃく キャベツ もやし こまつな オレンジ	にんにく にんじん 玉ねぎ しめじ コーン パプリカ グリンピース	
献立	牛乳 ガバオライス 〔麦ごはん〕 ガバオの具 旨玉焼き 春雨スープ くだもの	14 牛乳 うっちゃんごはん グルクンの彩りあなか パパイアイリチー	15 牛乳 コッペパン 魚のトマトバジル焼き フロコリーソテー ベジタブル 紅芋のポタージュ	16 牛乳 タコライス 〔麦ごはん〕 タコスミート ゆで野菜&チーズ もずくスープ くだもの	17 牛乳 沖縄そば イカスミぎょうざ おからサラダ シークワサーゼリー	18 牛乳 沖縄そば サラダ油 マヨネーズ 三温糖 シークワサーゼリー
	米 麦 はるさめ 三温糖 ごま油	米 麦 三温糖 サラダ油 小麦粉 かつくり粉	パン じゃがいも 紅芋 小麦粉 マーガリン コーンスターチ サラダ油	米 麦 三温糖 サラダ油	沖縄そば サラダ油 マヨネーズ 三温糖 シークワサーゼリー	
	牛乳 豚肉 鶏肉 レンズ豆 大豆 卵	牛乳 豚肉 かまぼこ グルコン ツナ	牛乳 鶏肉 白いんげん豆 脱脂粉乳 パサ ウインナー	牛乳 豚肉 豚レバー 大豆 チーズ もずく	牛乳 豚肉 かまぼこ イカスミぎょうざ おから ツナ	
	にんじん えのきたけ こまつな にんにく しょうが 玉ねぎ ビーマン パプリカ たけのこ コーン バジル オレンジ	にんじん 玉ねぎ しいたけ ウコン粉 パプリカ パパイア もやし にら	玉ねぎ バジル にんじん ブロッコリー カリフラワー コーン	にんにく しょうが 玉ねぎ にんじん トマト缶 キャベツ 白菜 とうがん ねぎ すいか	ねぎ にんじん キャベツ きゅうり コーン	

～食と子どもの健康展～

あそびにきてね♪

日時：令和6年7月19日(土)11:00～16:00
 場所：イオン名産店 ベスト電器前店

- ・学校給食に関する展示
- ・県産野菜クイズ
- ・北部地区給食センターの紹介
- ・給食の試食
- ・野菜ハンコ作りや各種ゲームなど



7月は「県産品奨励月間」です！

7/1～7/31は県産品奨励月間です。「見つけよう 私の推しの県産品」をテーマに村内産はもちろん、沖縄県で作られる産物を使用した献立がたくさん登場します。どんな食材、どんな料理があるかな？沖縄の厳しい暑さに負けないように、うちなーむんをしっかり食べて、夏を元気に過ごしましょう。



今月のうちなーむん

ナーバーラー（へちま） ゴーヤー（にがうり） モーウイ（きゅうり）
 シブイ（とうがん） パパイア 紅芋 まぐろ アーサー もずく 卵
 シークワサー アセロラ 黒糖 豆腐 豚肉 イカスミ餃子など

見つけよう！
 私の推しの県産品
 2025.7.1～7.31
 県産品奨励月間

献立	8/25	8/26	8/27	8/28	8/29
献立	牛乳 麦ごはん 夏野菜カレー モーウイのツナあえ くだもの	牛乳 アーサーごはん 魚の黄金焼き 冬瓜とたまごのみそ汁	牛乳 食パン ハンバーグのきのこソースかけ キャベツと夏みかんのサラダ ABCスープ はちみつ	牛乳 麦ごはん さばの梅だれかけ へちまと豆腐の中華煮 パイナップル	牛乳 沖繩焼きそば ゴーヤーサラダ ウムクジアンダーギー
黄	米 麦 じゃがいも 小麦粉 マーガリン サラダ油 三温糖	米 麦 三温糖 サラダ油 マヨネーズ	パン じゃがいも マカロニ 三温糖 かつくり粉 オリーブ油 はちみつ	米 麦 ごま油 三温糖 サラダ油 かつくり粉	沖繩そば サラダ油 ウムクジアンダーギー マヨネーズ 三温糖
赤	牛乳 鶏肉 白いんげん豆 脱脂粉乳 ツナ かつお節	牛乳 鶏肉 油あげ アーサー 豆腐 わかめ 卵 みそ パサ	牛乳 鶏肉 ハンバーグ	牛乳 豚肉 豆腐 さば	牛乳 豚肉 ツナ
みどり	しょうが にんにく にんじん 玉ねぎ なす かぼちゃ コーン いんげん りんご モーウイ 大根 きゅうり オレンジ	にんじん 玉ねぎ えのきたけ とうがん コーン パプリカ	にんじん 玉ねぎ パセリ トマト缶 マッシュルーム しょうが にんにく キャベツ きゅうり 甘夏みかん	しょうが にんにく にんじん 玉ねぎ へちま しいたけ きくらげ 梅干し バイナップル	しょうが にんにく にんじん 玉ねぎ キャベツ もやし きくらげ こまつな ゴーヤー 大根 きゅうり コーン シークワサー 果汁

2025 7・8月

アレルギー詳細献立表

伊江村学校給食共同調理場

※中乳は毎日提供していますが、食物アレルギーの対応としては除去のみの対応となります。

※アレルギー対応食材は、★マークがついています。給食センターで対応可能な場合は○、家庭より持参の場合は×を対応欄に表示しています。

※揚げ物に使用する油は、3〜4回程度同じ油を使用しています。

日	曜日	対応	献立	食 品 材 料 名
1	火		麦ごはん	米 麦
		○	マーボーへちま	豆腐(大豆) 豚肉 酒 豆板醤 おろししょうが おろしにんにく 大豆 へちま 人参 玉葱 竹の子 きくらげ しいたけ みそ(大豆) テンメンジャン(小麦・大豆・ごま) しょうゆ(大豆・小麦) ケチャップ ごま油 片栗粉 鶏がらスープ サラダ油(大豆)
		○	しらたきのシークワサーおえ	しらたき 人参 きゅうり もやし ★鶏糸卵 ごま しょうゆ(大豆・小麦) 酢(小麦) シークワサー果汁 三温糖 ごま油 シママース
		×	枝豆	枝豆(大豆)
2	水	×	バーガーハウスパン	パン(小麦・乳・大豆)
		×	鶏皮まぐろのカツ	まぐろカツ(小麦・大豆) サラダ油(大豆)
		×	ソース	マイティソース(りんご)
		○	アーサーミニネストローネ	豚肉 白ワイン 人参 玉葱 じゃがいも いんげん 白いんげん豆 マカロニ(小麦) アーサー トマト缶 ケチャップ トマトソース(大豆) ウスターソース(りんご) シママース こしょう 鶏がらスープ サラダ油(大豆)
		○	フルーツとアセロラジュレ	アセロラジュレ(りんご) みかん パイナップル 黄桃(もも) アロエ
3	木		麦ごはん	米 麦
		○	スタミナ丼の具	豚肉 酒 おろししょうが おろしにんにく 人参 玉葱 もやし きくらげ にんにく 葱 こんにゃく ごま ごま油 しょうゆ(大豆・小麦) みりん ★オイスターソース 三温糖 シママース サラダ油(大豆) 片栗粉
		○	かき玉みそ汁	★鶏卵 豆腐(大豆) 大根 小松菜 みそ(大豆) 煮干しだし(さば)
		○	黒糖アガラサー	小麦粉 黒糖 ベーキングパウダー ★加工乳 黒糖
4	金	×	夏野菜のナポリタン	スパゲティ(小麦) 豚肉 ウインナー(鶏・豚) 人参 玉葱 なす パプリカ ビーマン マッシュルーム トマト缶 オリーブ油 ケチャップ デミグラスソース(小麦・鶏) 中濃ソース(りんご) シママース こしょう サラダ油(大豆)
		×	さばのハーブ焼き	さば 白ワイン シママース こしょう おろしにんにく レモン果汁 バジル タイム
		○	スイートポテトサラダ	さつまいも きゅうり 人参 コーン レッドキドニー エッグケア(大豆) 酢(小麦) 三温糖 シママース こしょう
7	月		麦ごはん	米 麦
		×	黒糖ハンバーグ	ハンバーグ(大豆・鶏・豚) 玉葱 ケチャップ デミグラスソース(小麦・鶏) ウスターソース(りんご) みりん おろしにんにく 三温糖 片栗粉
		○	ゴーヤーチャンプルー	豚肉 酒 人参 玉葱 ゴーヤー 豆腐(大豆) ★鶏卵 しょうゆ(大豆・小麦) シママース こしょう サラダ油(大豆)
		○	そうめん汁	そうめん(小麦) かまぼこ しいたけ おくら おろししょうが しょうゆ(大豆・小麦) みりん シママース 煮干しだし(さば)
8	火	○	担々みそラーメン	中華めん 豚肉 豆板醤 酒 大豆 人参 玉葱 もやし 長ねぎ 小松菜 きくらげ ごま油 おろししょうが おろしにんにく みそ(大豆) ねぎ ごま しょうゆ(大豆・小麦) 三温糖 シママース 煮干しだし(さば) 豚骨
		×	春巻き	春巻き(小麦・大豆・豚) サラダ油(大豆)
		○	モーウイの梅かつおあえ	モーウイ 人参 きゅうり 大根 ねり梅 しょうゆ(大豆・小麦) 酢(小麦) 三温糖 かつお節 シママース
9	水	×	コッペパン	パン(小麦・乳・大豆)
		○	洋風炒り豆腐	豚肉 白ワイン おろしにんにく 大豆 人参 玉葱 コーン 豆腐(大豆) ★鶏卵 カレー粉 しょうゆ(大豆・小麦) シママース 鶏がらスープ サラダ油(大豆)
		○	かぼちゃのクリーム煮	鶏肉 かぼちゃ じゃがいも 人参 玉葱 マッシュルーム かぼちゃペースト 小麦粉 ★マーガリン(乳・大豆) ★脱脂粉乳 ★ホウワイトルウ(小麦・乳・大豆・鶏・牛) ★加工乳 シママース こしょう 鶏がらスープ サラダ油(大豆) コーンスターチ
		×	パイナップル	パイナップル
10	木		麦ごはん	米 麦
		×	ししゃものごま焼き	ししゃも すりごま 酒 ごま油
		○	シブインブシー	豚肉 酒 冬瓜 人参 結び昆布 こんにゃく 豆腐(大豆) みそ(大豆) しょうゆ(大豆・小麦) みりん シママース サラダ油(大豆) 花かつお
		○	納豆あえ	人参 キャベツ もやし 小松菜 ひきわり納豆(大豆・小麦) しょうゆ(大豆・小麦) ごま油 ごま かつお節
		×	くだもの	オレンジ
11	金	×	コーンピラフ	米 麦 鶏肉 白ワイン おろしにんにく 人参 玉葱 しめじ コーン しょうゆ(大豆・小麦) カレー粉 シママース こしょう 鶏がらスープ サラダ油(大豆)
		×	魚のマスタード焼き	ホキ シママース こしょう エッグケア(大豆) 種入りマスタード パプリカ
		○	ポテトのミートソース煮	豚肉 豚レバー 赤ワイン おろしにんにく じゃがいも 大豆 玉葱 人参 グリンピース デミグラスソース(小麦・鶏) ケチャップ ウスターソース(りんご) 三温糖 シママース 鶏がらスープ サラダ油(大豆)
14	月		麦ごはん	米 麦
		○	ガバオライスの具	豚肉 鶏肉 酒 豆板醤 おろしにんにく おろししょうが 人参 玉葱 ビーマン パプリカ 竹の子 コーン レンズ豆 大豆 バジル しょうゆ(大豆・小麦) みりん ★オイスターソース 三温糖 シママース ごま油 鶏がらスープ
		×	目玉焼き	★目玉焼き(卵・乳・大豆・ゼラチン)
		○	春雨スープ	春雨 人参 えのきたけ 小松菜 しょうゆ(大豆・小麦) みりん シママース こしょう 鶏がらスープ 花かつお
		×	くだもの	オレンジ
15	火		うっちゃんごはん	米 麦 豚肉 酒 人参 玉葱 かまぼこ しいたけ ウコン粉 しょうゆ(大豆・小麦) みりん 三温糖 シママース ポークフィヨン(鶏・豚) 花かつお サラダ油(大豆)
		×	グルクンの彩りあんかけ	グルクン シママース 小麦粉 片栗粉 サラダ油(大豆) 玉葱 パプリカ しょうゆ(大豆・小麦) みりん 三温糖
		○	パパイアイリチー	パパイア もやし 人参 たら ツナ(大豆) しょうゆ(大豆・小麦) シママース サラダ油(大豆)
16	水	×	コッペパン	パン(小麦・乳・大豆)
		×	魚のトマトバジル焼き	バス シママース こしょう トマトソース(大豆) バジル
		○	ブロッコリーソテー	ウインナー(鶏・豚) 人参 ブロッコリー カリフラワー コーン しょうゆ(大豆・小麦) シママース こしょう サラダ油(大豆)
		○	紅芋のポタージュ	鶏肉 じゃがいも 玉葱 紅芋ペースト 白いんげんペースト 小麦粉 ★マーガリン(乳・大豆) ★脱脂粉乳 ★加工乳 シママース こしょう 鶏がらスープ コーンスターチ
17	木		麦ごはん	米 麦
		○	タコスミート	豚肉 豚レバー 赤ワイン おろしにんにく おろししょうが 大豆 玉葱 人参 トマト缶 トマトソース(大豆) ウスターソース(りんご) チリソース チリパウダー 三温糖 シママース サラダ油(大豆)
		○	ゆで野菜&チーズ	★チーズ(乳) キャベツ 白菜
		○	もずくスープ	もずく 冬瓜 ねぎ しょうゆ(大豆・小麦) みりん シママース 花かつお
		×	くだもの	すいか
18	金	○	沖縄そば	沖縄そば(小麦・大豆) サラダ油(大豆) 豚肉 かまぼこ ねぎ しょうゆ(大豆・小麦) みりん シママース 花かつお 豚骨
		×	イカスミぎょうざ	イカスミぎょうざ(イカ・小麦・大豆・豚) サラダ油(大豆)
		○	おからサラダ	おから(大豆) 人参 キャベツ きゅうり コーン ツナ(大豆) エッグケア(大豆) 酢(小麦) 三温糖 シママース こしょう
		×	シークワサーゼリー	シークワサーゼリー

26	月		麦ごはん	米 麦
		○	夏野菜カレー	鶏肉 おろししょうが おろしにんにく カレー粉 人参 玉葱 じゃがいも なす かぼちゃ コーン いんげん おろしりんご 白いんげんペースト 小麦粉 ★マーガリン(乳・大豆) ★脱脂粉乳 カレールウ(小麦・牛・鶏・大豆) ウスターソース(りんご) シママース 鶏がらスープ サラダ油(大豆)
		○	モーウイのツナあえ	モーウイ 人参 大根 きゅうり ツナ(大豆) かつお節 しょうゆ(大豆・小麦) 酢(小麦) 三温糖 シママース
		×	くだもの	オレンジ
27	火	×	アーサーごはん	米 麦 鶏肉 酒 人参 玉葱 油あげ(大豆) アーサー しょうゆ(大豆・小麦) みりん 三温糖 シママース 花かつお サラダ油(大豆)
		×	魚の黄金焼き	バス 酒 エッグケア(大豆) コーンペースト クリームコーン みそ(大豆) パプリカ
		○	冬瓜とたまごのみそ汁	冬瓜 豆腐(大豆) えのきたけ わかめ ★鶏卵 みそ(大豆) 煮干しだし(さば)
28	水	×	食パン	パン(小麦・乳・大豆)
		×	ハンバーグのきのこソースかけ	ハンバーグ(大豆・鶏・豚) 玉葱 マッシュルーム おろししょうが おろしにんにく しょうゆ(大豆・小麦) みりん 三温糖 片栗粉
		○	キャベツと夏みかんのサラダ	キャベツ 人参 きゅうり 甘夏みかん オリーブ油 酢(小麦) 三温糖 シママース
		○	A B Cスープ	鶏肉 人参 玉葱 じゃがいも マカロニ(小麦) パセリ トマト缶 トマトソース(大豆) シママース こしょう 鶏がらスープ
		×	はちみつ	はちみつ
29	木		麦ごはん	米 麦
		×	さばの梅だれかけ	さば 酒 ねり梅 しょうゆ(大豆・小麦) みりん 三温糖 片栗粉
		○	へちまと豆腐の中華煮	豚肉 おろししょうが おろしにんにく 酒 人参 玉葱 へちま 豆腐(大豆) しいたけ きくらげ ごま油 しょうゆ(大豆・小麦) ★オイスターソース みりん 三温糖 シママース 鶏がらスープ サラダ油(大豆) 片栗粉
		×	パイナップル	パイナップル
30	金	×	沖縄焼きそば	沖縄そば(小麦・大豆) 豚肉 おろししょうが おろしにんにく 人参 玉葱 キャベツ もやし きくらげ 小松菜 ケチャップ ウスターソース(りんご) 焼きそばソース(りんご) シママース サラダ油(大豆)
		○	ゴーヤーサラダ	ゴーヤー 人参 大根 きゅうり コーン ツナ(大豆) エッグケア(大豆) しょうゆ(大豆・小麦) 酢(小麦) シークワサー果汁 三温糖 シママース
		×	ウムクジアンダーギー	ウムクジアンダーギー サラダ油(大豆)