



食物アレルギー対応食 こんだてのおしらせ



A群校
青森市小学校給食センター

実施日	こんだて			おもに エネルギーの もとになる食品	おもに 体をつくる 食品	おもに 体の調子を とどめる食品	ひとこと
	主食	のみもの	おかずのい				
8 (金)	ごはん		あさりとしんじょうのみそ汁 アレルギー対応キャベツ入り平つくね・すき昆布の炒め物	ごはん さとう 米油	あさり、とうふ、油あげ キャベツ入り平つくね こんぶ、ふた肉、みそ	小松菜、にんじん 長ねぎ、こんにゃく	こんだて名に ついて アレルギー対応食では、肉・魚の加工品やパックマヨネーズ・ドレッシング類を使用しています。 これらの加工品については、[米粉〇〇]、[米パン粉〇〇]、[アレルギー対応〇〇]のように、アレルギー対応食品であることをわかる名前で表記しています。 全てアレルギー8品目未使用ですので、安心して食べてください。
11 (月)	ごはん		大根と厚揚げのみそ汁・ほっけ塩焼き にんじんと春雨の炒め物・アレルギー対応プリン	ごはん、春雨 ごま油、さとう でんぷん、プリン	あつあげ、わかめ ほっけ塩焼き 高野どうふ、みそ ふたひき肉	大根、干しいたけ にんじん、長ねぎ しめじ	
12 (火)	ごはん		五目春雨スープ・揚げ米粉ギョウザ(2こ) ゆで野菜(白菜、にんじん)・アレルギー対応和風ドレッシング	ごはん、春雨 ごま油、米油 ドレッシング	ふた肉、なると 米粉ギョウザ	にんじん、玉ねぎ 竹の子、白菜 干しいたけ	
13 (水)	ごはん		鶏団子と豆腐のすまし汁・アレルギー対応五目野菜の肉団子 ちらし寿司の具・アレルギー対応お祝いクレープ	ごはん、さとう クレープ、米油	チキンボール、とうふ 五目野菜の肉だんご とり肉、油あげ	にんじん、しめじ れんこん、えだ豆 干しいたけ 長ねぎ	
14 (木)	米粉食パン		コーンポタージュ・手作りチキン照り焼き・県産りんごジャム 米粉マカロニサラダ・アレルギー対応マヨネーズ	米粉食パン、さとう でんぷん、ジャム マヨネーズソース 米粉マカロニ	ベーコン 豆乳、とり肉	コーン、玉ねぎ にんじん、にんにく キャベツ、いんげん パセリ	
15 (金)	ごはん		つみれ汁・アレルギー対応彩り野菜豆腐 きんぴらごぼう	ごはん、ごま じゃがいも 米油	たごボール、とうふ 彩り野菜どうふ みそ、ふた肉	にんじん、長ねぎ ごぼう、こんにゃく	
18 (月)	ごはん		若竹みそ汁・アレルギー対応さんまレモン煮 いも団子のそぼろ煮	ごはん、いももち さとう、でんぷん 米油	わかめ、とうふ みそ、さんまレモンに ふたひき肉、油あげ	細竹、にんじん 玉ねぎ、えだ豆	
19 (火)	米粉めん		きつねうどん・アレルギー対応チキン電田揚げ ゆで野菜(大根、きゅうり)・アレルギー対応コーンクリームドレッシング	米粉めん、さとう 米油 ドレッシング	油あげ、とり肉 チキンたつたあげ	ふき、細竹、ぜんまい えのきたけ、にんじん 長ねぎ、きゅうり、大根	
20 (水)	ごはん		中華スープ・炒めピピンパッ アレルギー対応豆乳パンナコッタ	ごはん、ごま油 さとう、パンナコッタ	いか、ふた肉、なると みそ、ふたひき肉	干しいたけ、にんじん チンゲン菜、長ねぎ ぜんまい、もやし ほうれん草、にんにく	
21 (木)	米粉パン		ベーコンと大根のコンソメスープ・手作りチキンナゲット(2こ) ゆで野菜(アスパラガス、コーン) アレルギー対応フレンチクリームドレッシング	米粉パン、でんぷん マヨネーズソース ドレッシング、米油	ベーコン、大豆 チキンボール	大根、玉ねぎ、にんじん マッシュルーム、パセリ アスパラガス、コーン	
22 (金)	ごはん		ポークカレー 豆乳デザート入りフルーツ	ごはん、米油 じゃがいも 豆乳デザート	ふた肉、豆乳	にんじん、玉ねぎ アップルソース パイナップル	
25 (月)	ごはん		わかめスープ・アレルギー対応海鮮ハンバーグ チンジャオロース	ごはん、ごま ごま油、でんぷん	とうふ、わかめ、ふた肉 海せんハンバーグ	にんじん、ピーマン 干しいたけ、長ねぎ 竹の子、にんにく しょうが、コーン	
26 (火)	米粉めん		みそラーメン・手作りかぼちゃクロック ゆで野菜(もやし、にんじん)・アレルギー対応和風ドレッシング	米粉めん、ごま、米油 さとう、でんぷん ドレッシング、ごま油	ふた肉、わかめ みそ、大豆	にんじん、キャベツ メンマ、長ねぎ、玉ねぎ にんにく、しょうが かぼちゃ、もやし	
27 (水)	ごはん	りんごジュース	いももち汁・アレルギー対応さばみそ煮 ふきの炒め物	ごはん、いももち 米油、さとう	とり肉、油あげ さばみそに ふた肉	りんごジュース、大根 にんじん、ごぼう 干しいたけ、長ねぎ ふき、こんにゃく	
28 (木)	米粉食パン		クリームシチュー・アレルギー対応ソーセージステーキ ゆで野菜(キャベツ、きゅうり)・アレルギー対応イタリアンドレッシング	米粉食パン じゃがいも ドレッシング	とり肉、豆乳 白いんげん豆 ソーセージステーキ	玉ねぎ、にんじん パセリ、キャベツ きゅうり	

**かえり方のやくそくを
まもってね!**

- ①食べ残したごはんやおかずは、元の容器にもどす。
- ②牛乳を飲んでいる人は、中身や容器をボックスには絶対に入れないこと。(飲み残した牛乳は一般の汁缶缶に入れる)

今月の青森産品

- 《青森市産》
米 (つがるロマン)
- 《青森県産》
アップルソース
りんごジュース
りんごジャム

- ◆青森市の給食には【そば、落花生(ピーナッツ)、アーモンド、カシューナッツ、キウイフルーツ、くるみ、バナナ、魚卵】を使用していません。
- ◆調味料は全てアレルギー対応のものを使っています。
- ◆こんだては都合により変更することがあります。
- ◆りんごジュースの容器は個人専用箱に入れて給食センターに返してください。

- ◆アレルギー対応食では、牛乳のみ学校に直接配送され、その他のドレッシングやデザート、りんごジュースなどは個人専用箱に入れてセンターから配送されますので、個人専用箱に入っているもの以外は食べないでください。
- ◆魚にはほねがあるので、気をつけて食べてください。

保護者のみなさまへ

保護者のみなさまには事前に献立について確認し、「確認承諾書」を返送していただいております。その際、みなさまから様々なご意見・ご感想を受け、改善に向けて検討しております。

学校給食課及び小学校給食センターでは、引き続きアレルギー対応食をより良いものにしていきたいと考えておりますので、保護者のみなさまにはぜひ確認承諾書を通じてご意見をいただければ幸いです。

また、この「こんだてのおしらせ」では、アレルギー対応食で使用する食材や新商品などについての情報提供もしていきます。これは新たにアレルギー対応食を始めた方にとっても必要な情報となりますので、継続されている方には内容が重なることもありますが、ご了承ください。

★給食センターでは、衛生管理や施設設備の関係で小学校をA B 2つのグループに分け、1日に2種類の献立で給食を作っています。

A群校

造道小・堤小・寅町小・橋本小・浦町小・長島小
東陽小・原別小・浜館小・筒井小・横内小・野内小
浜田小・小柳小・幸畑小・戸山西小・筒井南小

B群校

甲田小・千刈小・篠田小・沖館小・油川小・三内小
金沢小・荒川小・金浜分教室・高田小・新城小
北小・泉川小・浪館小・大野小・新城中央小