



青森市のアレルギー対応食は【えび・かに・乳・小麦・そば・卵・落花生（ピーナッツ）・やまいも】を全て使用しないこんだてです。

4月 食物アレルギー対応食 こんだてのおしらせ

単独給食実施校

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とのえる食品	ひとこと
	主食	のみもの	おかずのい				
8 (金)	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 ソーセージステーキ 豆乳 白いんげん豆	玉ねぎ、にんじん パセリ、キャベツ きゅうり	こんだて者について 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・ドレッシングを 使用してあります。 これらの加工品については、〔米粉〇〇〕、〔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がわかる名前が表示されています。全てアレルギー食品 を8品目不使用ですの で、安心して食べてください。
11 (月)	ごはん		あさりと小松菜のみそ汁・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 米油 さとう	あさり、とうふ みそ、こんぶ 油あげ、ぶた肉 キャベツ入り平つくね	小松菜、にんじん 長ねぎ、こんにゃく	
12 (火)	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	ごはん 春雨 さとう ごま油 でんぶ	あつあげ、わかめ みそ、ほっけ塩焼き 高野とうふ ぶたひき肉	大根、にんじん 長ねぎ、しめじ 干しいたけ	
13 (水)	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	ぶた肉 なると 米粉ギョウザ	にんじん、玉ねぎ 竹の子、干しいたけ 白菜	
14 (木)	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 米油 クレープ	チキンボール とうふ、とり肉 油あげ 五目野菜の肉だんご	にんじん、しめじ 長ねぎ、れんこん えた豆、干しいたけ	
15 (金)	米粉食パン		コーンポタージュ・手作りチキン照り焼き 米粉マカロニサラダ・アレルギー対応マヨネーズソース・県産りんごジャム	米粉食パン さとう、ジャム でんぶ 米粉マカロニ マヨネーズソース	ベーコン とり肉 豆乳	コーン、玉ねぎ にんじん、パセリ にんにく、いんげん キャベツ	
18 (月)	ごはん		つみれ汁・アレルギー対応彩の野菜豆腐 きんぴらごぼろ	ごはん じゃがいも ごま 米油	たごボール とうふ、みそ 彩の野菜とうふ ぶた肉	にんじん、長ねぎ ごぼう、こんにゃく	返し方のやくそく ①食べ残したごはんやおかずは、元の容器にもどす。 ②牛乳をのんでいる人は、ボックスには入れないこと。 飲み残した牛乳は一般の汁缶(缶)に入れる。
19 (火)	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 いもち さとう でんぶ 米油	わかめ、とうふ 油あげ、みそ ぶたひき肉 さんまレモンに	細竹、にんじん 玉ねぎ、えた豆	
20 (水)	米粉めん		きつねうどん・アレルギー対応チキン竜田揚げ ゆで野菜(大根、きゅうり)・アレルギー対応コンクリーミードレッシング	米粉めん 米油 さとう ドレッシング	油あげ、とり肉 チキンたつた揚げ	ふき、わらび えのきたけ、細竹 にんじん、長ねぎ 大根、きゅうり	
21 (木)	ごはん		中華スープ・炒めピピンパッ 果肉入りりんごゼリー	ごはん ごま油 さとう ゼリー	いか、ぶた肉 なると、豚ひき肉 みそ	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	お祝いこんだて に、14日は、ちらし寿司の具と、お祝いクレープが出ます。
22 (金)	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ミードレッシング	米粉パン でんぶ、米油 マヨネーズソース ドレッシング	ベーコン チキンボール 大豆	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	
25 (月)	ごはん		ポークカレー 豆乳デザート入りフルーツ	ごはん じゃがいも 米油 豆乳デザート	ぶた肉 豆乳	にんじん、玉ねぎ アップルソース パイナップル	今月の青森産品 
26 (火)	ごはん		わかめスープ・チンジャオロースー アレルギー対応豆乳バナナコッタ	ごはん ごま、ごま油 でんぶ バナナコッタ	とうふ、わかめ ぶた肉	にんじん、長ねぎ コーン、干しいたけ 竹の子、ピーマン にんにく、しょうが	
27 (水)	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 ごま油、米油 でんぶ さとう、ドレッシング	ぶた肉、わかめ みそ、大豆	にんじん、メンマ 長ねぎ、キャベツ にんにく、しょうが かぼちゃ、玉ねぎ もやし	りんごジュース ごぼろ・りんごジャム アップルソース
28 (木)	ごはん	りんごジュース	いもち汁・アレルギー対応さばみそ煮 ふきの炒め物	ごはん いもち 米油、さとう	とり肉 さばみそ 油あげ、ぶた肉	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	

◆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。

◆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。

◆こんだては都合により変更することがあります。

◆りんごジュースの空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。

◆魚にはほねがあるので、気をつけて食べてください。

保護者の皆様へ

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。



食物アレルギー対応食は

小学校給食センターで作っています



食物アレルギー対応食は、小学校給食センターの中にある、「アレルギー対応食専用調理室」で作られます。
アレルギー室のみで使われる、専用の鍋やお玉等の器具を使い、調理しています。