

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』を全て使用しない献立です。

中学校

食物アレルギー対応食 学校給食献立一覧表

令和4年度 6月分

青森市小学校給食センター

実施日	こ ん だ て				主に体の組織をつくる食品群	主に体の調子を整える食品群	主にエネルギーとなる食品群
	主食	飲み物	お か ず る い				
1	水	米飯230g		山菜汁・アレルギー対応鶏肉のトマトソース煮ゆで野菜（いんげん、コーン） アレルギー対応フレンチドレッシング	豆腐、油揚 鶏肉のトマトソース煮	ふき、ぜんまい、細竹えのきだけ、人参、大根 いんげん、コーン	米飯 ドレッシング
2	木	米飯230g		豚汁・手作りホキの照焼・ゆで野菜（小松菜、人参） アレルギー対応和風ドレッシング	豚肉 ホキ	しろねぎ、ごぼう、キャベツ にんにく、しょうが 小松菜、人参	米飯 じゃがいも ごま油 ドレッシング
3	金	米飯250g		豚すき丼・アレルギー対応ポテト付きささみカツ 黄桃入り豆乳デザート	豚肉 ポテト付きささみカツ	玉ねぎ、しめじ、人参 小松菜、黄桃	米飯 米油 （こんにゃく） 豆乳デザート
6	月	米飯230g		鶏団子汁・手作り赤魚照焼・ひじきと平さやいんげんの炒め物	鶏団子、豆腐 赤魚、ひじき 油揚	白菜、人参、しろねぎ しょうが、平さやいんげん	米飯 米油
7	火	米飯230g	りんごジュース	鶏団子スープ・アレルギー対応チキンハンバーグ ラタトゥイユ	チキンボール チキンハンバーグ 鶏肉	りんごジュース、トマト 人参、白菜、しろねぎ 玉ねぎ、なす、ピーマン パプリカ、にんにく	米飯 米油
8	水	米飯230g		豆腐としめじのみそ汁・アレルギー対応彩り野菜豆腐 肉じゃが	豆腐 彩り野菜豆腐 豚肉	人参、しろねぎ しめじ、玉ねぎ	米飯 米油 じゃがいも （こんにゃく）
9	木	米飯250g		チキンボールカレー・アスパラガスとコーンの炒め物 りんご缶	チキンボール ベーコン	玉ねぎ、人参 アスパラガス コーン、りんご	米飯 米油 じゃがいも
10	金	米飯230g		キムチスープ・アレルギー対応五目野菜肉団子（2個） こんにゃくとメンマの炒め物・アレルギー対応ごま付き小魚	豚肉、豆腐 五目野菜肉団子 小魚	白菜キムチ、人参 ほうれん草 玉ねぎ、メンマ	米飯 ごま油 （こんにゃく） ごま
13	月	米飯230g		たこ団子入りすまし汁・アレルギー対応さばのみそ煮 ゆで野菜（切り干し大根、きゅうり） アレルギー対応和風ドレッシング・アレルギー対応豆乳パンナコッタ	たこボール 豆腐 さばのみそ煮	人参、しめじ 小松菜、切干大根 きゅうり	米飯 ドレッシング 豆乳パンナコッタ
14	火	米飯230g		クラムチャウダー・アレルギー対応ソーセージステーキ アスパラガスと鶏肉の炒め物	あさり 鶏肉 豆乳 ソーセージステーキ	しめじ、玉ねぎ 人参、にんにく アスパラガス	米飯 じゃがいも 米油
15	水	米飯230g		きりたんぼ汁・アレルギー対応ハンバーグ ゆで野菜（平さやいんげん、人参）・エッグフリーマヨネーズ アレルギー対応プリン	鶏肉 ハンバーグ	大根、ごぼう 人参、しろねぎ 平さやいんげん	米飯 きりたんぼ マヨネーズソース プリン
16	木	米飯250g		ブラウンシチュー・ゆで野菜（大根、人参） アレルギー対応イタリアンドレッシング・パイン缶	豚肉	玉ねぎ、ごぼう 人参、しめじ 大根、パイン	米飯 米油 ドレッシング
17	金	米飯230g		ピリ辛みそスープ・手作りメンチカツ わかめサラダ（わかめ、きゅうり） アレルギー対応和風ドレッシング	豚肉 チキンハンバーグ わかめ 大豆フレーク	人参、玉ねぎ もやし、チンゲン菜 にんにく、きゅうり	米飯 ごま油 米油 ドレッシング
24	金	米飯250g		中華丼・揚げ米粉ギョウザ（2個） フルーツポンチ	豚肉 いか なると ギョウザ	しょうが、白菜 人参、竹の子 にんにく、マンゴー 黄桃、パイン、みかん	米飯 ごま油 米油
27	月	米飯230g		どさんこ汁・アレルギー対応たれ付きチキンハンバーグ ★ふきの油炒め	鶏肉 わかめ チキンハンバーグ ちくわ、豆乳	人参、玉ねぎ ふき	米飯 じゃがいも 米油
28	火	米飯230g		ミネストローネ・手作りかぼちゃコロッケ・荳わかめサラダ アレルギー対応イタリアンドレッシング りんごとカシスゼリー	ポークフランクフルト 大豆 大豆フレーク 荳わかめ	玉ねぎ、大根 人参、トマト にんにく、かぼちゃ キャベツ	米飯、米油 ドレッシング りんごとカシスのゼリー
29	水	米飯230g		いももち汁・ほっけ塩焼・大根とちくわの炒め物	鶏肉 油揚 ほっけ塩焼 ちくわ	人参、ごぼう しろねぎ、大根	米飯 いももち 米油
30	木	米飯230g		五目中華スープ・アレルギー対応海鮮ハンバーグ ゆで野菜（小松菜、きゅうり） アレルギー対応和風ドレッシング	鶏肉 海鮮ハンバーグ	人参、白菜 しろねぎ、小松菜 きゅうり	米飯 ドレッシング

- ◆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。
- ◆りんごジュースのから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。

- ◆献立は都合により変更することがあります。
- ◆魚には骨があるので、気をつけて食べてください。
- ◆教育委員会では、米飯給食の推進を図るため、6月から9月までの間、麺類の提供を休止しています。児童並びに保護者の皆様には、ご理解いただきますようお願いいたします。
- ◆パン委託業者の都合により、6月は主食が全てご飯になります。

