



# 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とのえる食品	ひとこと
	主食	のみもの	おかずのい				
1 (金)	ごはん		マーボー豆腐・米粉ギョウザ(2こ) リャンバンサンスー・アレルギー対応和風ドレッシング	ごはん、さとう でんぷん、ごま油 春雨、ドレッシング	とうふ ぶたひき肉 みそ、ギョウザ	キャベツ、にんじん 長ねぎ、にんにく しょうが、きゅうり	<p><b>七夕献立</b></p> <p>7月7日の七夕は、季節の節目となる「五節句」の1つで、日本の民話や中国の風習・伝説がもとになって、七夕と呼ばれる現在のお祭りの形になったようです。七夕には、夜空に浮かぶ天の川や機織りの糸に見立てて「そうめん」を食べる風習が地域によってあります。給食では、星に見立てたオクラが入ったすまし汁と七夕ゼリーが7月6日にあります。</p> 
4 (月)	ごはん		夏野菜カレー・パリパリ大根サラダ アレルギー対応イタリアンドレッシング	ごはん ドレッシング	ぶた肉 豆乳	かぼちゃ、なす、玉ねぎ ズッキーニ、にんにく アップルソース、コーン 切り干し大根、にんじん	
5 (火)	ごはん	りんごジュース	いももち汁・あじ塩焼き もやしの炒め物	ごはん、いももち さとう、米油	とり肉、油あげ あじ塩焼き ちくわ	大根、にんじん、ごぼう 干しいたけ、長ねぎ もやし、小松菜 りんごジュース	
6 (水)	ごはん		すまし汁・アレルギー対応ポテト付きささみカツ わかめサラダ・アレルギー対応和風ドレッシング 七夕ゼリー	ごはん、米粉めん 米油、ドレッシング ゼリー	とり肉、とうふ ポテト付きささみカツ わかめ	にんじん、オクラ キャベツ、きゅうり	
7 (木)	米粉パン		キャベツのコンソメスープ・カシスペースト 手作りチキン照り焼き・ラタトゥイユ	米粉パン、さとう でんぷん オリーブ油 カシスペースト	ポークフランクフルト とり肉、ぶた肉	にんじん、コーン キャベツ、にんにく 玉ねぎ、なす、パセリ ピーマン、トマト	
8 (金)	ごはん		中華スープ・アレルギー対応五目野菜の肉団子(2こ) メンマの炒め物	ごはん 米油	ぶた肉 五目野菜の肉だんご なると	もやし、にんじん 長ねぎ、干しいたけ メンマ、こんにゃく	
11 (月)	ごはん		サンラータン・中華風まぜごはんの具 アレルギー対応フルーツ杏仁風プリン	ごはん、米油 でんぷん、ごま油 プリン	とり肉、とうふ ぶた肉、ベーコン	しょうが、白菜 チンゲン菜、竹の子 干しいたけ、きくらげ えた豆、にんじん	
12 (火)	ごはん		県産根菜入り鶏団子と大根のみそ汁 アレルギー対応キャベツ入り平つくね えだ豆とひじきの炒め物	ごはん 米油	根菜入りとりだんご とうふ、ひじき ちくわ、みそ キャベツ入り平つくね	大根、にんじん しめじ、長ねぎ えだ豆、こんにゃく	
13 (水)	ごはん	りんごジュース	あさりと小松菜のみそ汁 ホキ米粉カツ・きんぴらごぼう	ごはん、米油 ごま、さとう ごま油	あさり、とうふ みそ、ぶた肉 ホキ米粉カツ	小松菜、にんじん 長ねぎ、干しいたけ ごぼう りんごジュース	
14 (木)	米粉パン		じゃがいものコンソメスープ・キーマカレー ゆで野菜(いんげん、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 じゃがいも ドレッシング	ポークフランクフルト ぶたひき肉、大豆	玉ねぎ、にんじん えだ豆、いんげん コーン	
15 (金)	ごはん		キムチスープ・ホイコーロー アレルギー対応ごま付き小魚	ごはん ごま油、さとう ごま、米油	ぶた肉、みそ 小魚	白菜、にんじん、竹の子 チンゲン菜、にら キャベツ、ピーマン にんにく、しょうが	
19 (火)	ごはん		きりたんぼ汁・アレルギー対応さばみそ煮 小松菜ともやしのおひたし(しょうゆ)	ごはん きりたんぼ さとう	とり肉、油あげ さばみそ	大根、にんじん ごぼう、干しいたけ 長ねぎ、もやし、小松菜	
20 (水)	ごはん		せんぎり汁・焼肉煮 アレルギー対応豆乳パンナコッタ	ごはん さとう、米油 パンナコッタ	ひじき、油あげ みそ、ぶた肉 高野とうふ	キャベツ、にんじん 切り干し大根、長ねぎ 玉ねぎ、ピーマン こんにゃく、もやし にんにく、しょうが	
21 (木)	ごはん		ホワイトシチュー・チキンサラダ アレルギー対応イタリアンドレッシング	ごはん、米油 じゃがいも ドレッシング	ベーコン 豆乳、とり肉	玉ねぎ、にんじん パセリ、いんげん	

**今月の青森産品**

- 《青森市産》  
米(つがるロマン)
- 《青森県産》  
とうふ  
りんごジュース  
アップルソース  
根菜入りとりだんご

小学校給食センターの給食では、毎年、複数の学校の6年生に希望献立アンケートをとっています。(数年で市内全校実施予定)

7月7日の「チキン照り焼き」は、横内小学校、野内小学校、浜田小学校、甲田小学校、大野小学校、新城中央小学校の6年生に人気のメニューです。

- ◆ 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、麺類の供給を休止しています。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。
- ◆ 調味料は全てアレルギー対応のものを使っています。
- ◆ 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。
- ◆ 魚にはほねがあるので、気をつけて食べてください。
- ◆ 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。
- ◆ こんだては都合により変更することがあります。