

保護者の皆様の負担が軽くなりました！！

10月から給食費が無償化となりました

Table with columns: 実施日, 主食品, のみもの, おかず, 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, エネルギー(kcal), たんぱく質(g), ひとこと. Rows include meals like 豆腐とわかめのみそ汁, さつまいも, さつまあげ, etc.

【八甲田牛】を知っていますか？
八甲田牛は日本短角種という品種で、育てている頭数が非常に少ないため、全国的にも貴重な品種です。

ほたてのたまごみそ煮【青森県の郷土料理】
ほたてのたまごみそ煮は、郷土料理の「貝焼きみそ」を給食用にアレンジしたものです。

今月の青森産
《青森市産》
《青森県産》
牛乳、パン、うどん、中華めん、ふた肉、八甲田牛、とり肉、いかメンチカツ、ほたて、照り焼きハンバーグ、ポークフランクフルト、コーン入りポークシュウマイ、長いもすいとん、とうふみそ、大根、長ねぎ、ごぼう、コーン、にんじん、キャベツ、切り干し大根、玉ねぎ、りんごジュース、アップルソース

11月22日の「チンジャオロースー」は、堤小学校、横内小学校、浜田小学校、新城中央小学校の6年生に人気のメニューです。

- ◆ こんだては都合により変更するときがあります。
◆ ドレッシングなどは、各学級1本ずつ使用してください。
◆ 魚にはほねがあるので、気をつけて食べてください。
◆ (学配)と書かれているものは、業者から直接学校に配達されます。
◆ りんごジュースと液状ヨーグルトのから容器は、業者が回収します。
◆ りんごジュースと液状ヨーグルト以外のから容器は給食センターに返してください。
◆ 食物アレルギーがあり、自分で取り除いたり、おかずを持ってきている児童は、安全のため、おかわりはしないようにお願いします。

* 青森市の給食には【そば、蕎麦(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。
 (ただし、原材料に使用していないものであっても、同一工場、製造ラインで使用されているため、わずかな量が混入する可能性があります。)
 * ●は原材料由来のアレルゲンです。○は同一工場、製造ラインで使用されるなどの理由により、アレルゲンが含まれる可能性があるもので、法律で表示が義務付けられていないため、わかる範囲で表示しています。
 * ごはん、麦ごはん、雑穀、パン類のアレルゲンは、最大値を記載しておりますが、詳細は加工工場により異なります。詳細は 小学校給食センター (TEL: 017-766-5890) にお問い合わせください。

B群校

| 実施日 | こんだて | 特定原材料(表示義務) / 特定原材料に準ずる(表示の奨励) | | | | | | | | | | | | | その他 | | | | | | | | |
|-----|------|--------------------------------|----|----|----|----|------|------|-----|------|----|-----|----|----|-----|----|----|----|---|----|----|-----|--|
| | | えか小 | 卵乳 | そば | 小麦 | そば | アールモ | いんげん | オカシ | カシュー | ウイ | ナッツ | 牛乳 | 鶏卵 | 大豆 | 豚肉 | 牛肉 | 魚卵 | 魚 | 貝類 | 果物 | 種実類 | |
| 1 | 火 | ごはん | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 牛乳 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | 水 | 豆腐とわかめのみそ汁 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | さばのみそ煮 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4 | 金 | 豚肉といんげんの炒め物 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ゆで中華めん | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 7 | 月 | しょうゆラーメン | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ポテトのオープン焼き(トマト味) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 8 | 火 | ゆで野菜(小松菜、コーン) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | マヨネーズ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 9 | 水 | 麦ごはん | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 牛乳 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 10 | 木 | じゃがいものコンソメスープ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | えびピラフの具 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 11 | 金 | ヨーグルト(学配) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ごはん | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 14 | 月 | りんごジュース | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | さつま汁 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 15 | 火 | チキン照り焼き | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ひじきと大豆の炒め物 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 16 | 水 | ごはん | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 中華スープ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 17 | 木 | だれ付きかに玉 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | りゃんぱんサンスー | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 18 | 金 | 中華ドレッシング | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ゆでうどん | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 21 | 月 | 牛乳 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | あなかいうどん | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 22 | 火 | かぼちゃコロッケ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ゆで野菜(白菜、にんじん) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 24 | 木 | ぼん酢 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ごはん | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 25 | 金 | 牛乳 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | キャベツのクリーム煮 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 28 | 月 | トマトオムレツ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ゆで野菜(ほうれん草、コーン) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 29 | 火 | シーサードレッシング | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ごはん | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 30 | 水 | 牛乳 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | わかめスープ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

☆☆☆ 食物アレルギーがあり、自分で取り除いたり、おかずを持ってきている児童は、安全のため、おかわりはしないようにお願いします。☆☆☆