

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

青森市小学校給食センター

## 令和6年度 4月分 食物アレルギー対応食 学校給食献立一覧表

実施日	献立				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	おかず類				
9 火	米粉食パン		ミネストローネ・アレルギー対応たれ付きチキンハンバーグ 鶏肉と野菜のコンソメソテー アレルギー対応お祝いクレープ		豚肉、大豆 たれ付きチキンハンバーグ 鶏肉	玉ねぎ、大根、人参、トマト ほうれん草、コーン、いんげん	米粉食パン サラダ油 お祝いクレープ
10 水	米飯250g		豚丼 アレルギー対応五目野菜の肉団子 パイン入りカラフルゼリー		豚肉 高野豆腐 五目野菜の肉団子	玉ねぎ、人参、小松菜 パイン、しょうが	米飯 (こんにゃく) カラフルゼリー
11 木	米粉麺		みそラーメン アレルギー対応なすのポテトグラタン ほうれん草のビーンズ炒め		豚肉、なると 鶏肉 ミックスビーンズ	メンマ、もやし、人参 長ねぎ、しょうが、にんにく ほうれん草	米粉麺 ごま油 なすのポテトグラタン
12 金	米飯230g		豆腐とわかめのみそ汁 アレルギー対応さばみそ煮 れんこんの炒め物		わかめ、豆腐 油揚げ さばみそ煮 鶏肉	人参、長ねぎ、しめじ れんこん、枝豆	米飯 サラダ油
15 月	米飯230g		きりたんぼ汁 手作りホキ照り焼き ゆで野菜（菜の花、コーン） アレルギー対応フレンチドレッシング		鶏肉 ホキ	ぜんまい、細竹、えのきだけ ふき、ごぼう、人参、長ねぎ 干しいたけ、しょうが 菜の花、コーン	米飯 きりたんぼ ドレッシング
16 火	米粉食パン		コンソメスープ アレルギー対応ボークウインナー（2個） ミートソース米粉マカロニ		豚肉 ボークウインナー 豚ひき肉、大豆	玉ねぎ、人参、もやし キャベツ	米粉食パン 米粉マカロニ サラダ油
17 水	米飯230g		豚汁・アレルギー対応海鮮ハンバーグ ゆで野菜（キャベツ、人参） エッグフリーマヨネーズ		豚肉、豆腐 海鮮ハンバーグ	長ねぎ、人参、キャベツ	米飯 じゃがいも エッグフリーマヨネーズ
18 木	米飯230g		武者汁 アレルギー対応キャベツ入り平つくね ほうれん草ともやしのおひたし（しょうゆ）		たこボール キャベツ入り平つくね	人参、ごぼう、長ねぎ ほうれん草、もやし	米飯 じゃがいも (こんにゃく)
19 金	米飯250g		ハッシュドボーク チンゲン菜とコーンの炒め物 パイン缶		豚肉	玉ねぎ、ごぼう、人参 マッシュルーム チンゲン菜、コーン パイン	米飯 サラダ油
22 月	米飯230g		けんちん汁 アレルギー対応いわしのごまみそ煮 ふきの炒め物		鶏肉、豆腐 いわしのごまみそ煮 ちくわ	大根、人参、ごぼう、長ねぎ ふき	米飯 ごま油 サラダ油
23 火	米粉食パン		鶏肉と小松菜のクリーム煮・アレルギー対応ハンバーグ ゆで野菜（フロッコリー、人参） アレルギー対応コーンクリーミーードレッシング いちごジャム		鶏肉、豆乳 ハンバーグ	小松菜、玉ねぎ、コーン 人参、フロッコリー	米粉食パン じゃがいも ドレッシング いちごジャム
24 水	米飯250g		豚キムチ丼 米粉ギョウザ（2個） マンゴー入りアレルギー対応豆乳デザート		豚肉 米粉ギョウザ	もやし、玉ねぎ、人参 白菜キムチ、マンゴー	米飯 春雨 サラダ油 豆乳デザート
25 木	米粉麺		山菜うどん・手作りかぼちゃコロッケ 豚肉と野菜の炒め物 アレルギー対応米粉カップケーキ（メープル）		なると 豚肉	ぜんまい、細竹、えのきだけ ふき、玉ねぎ、人参、長ねぎ かぼちゃ、キャベツ	米粉麺 コーンフレーク サラダ油 米粉カップケーキ
26 金	米飯250g		ボークカレー わかめサラダ（わかめ、キャベツ） アレルギー対応イタリアンドレッシング・黄桃缶		豚肉 わかめ	玉ねぎ、人参、キャベツ 黄桃	米飯 じゃがいも サラダ油 ドレッシング
30 火	米粉食パン		たこボールスープ アレルギー対応チキン竜田揚げ ゆで野菜（大根、人参）・アレルギー対応和風ドレッシング		たこボール チキン竜田揚げ	人参、干しいたけ、白菜 大根	米粉食パン 春雨 ごま油 サラダ油 ドレッシング

- ◆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。
- ◆献立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。
- ◆魚には骨があるので、気をつけて食べてください。