



7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

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 (月)	ごはん		中華スープ・中華風まぜごはんの具 みかんゼリー	ごはん ごま油 ゼリー	とり肉 とうふ ぶた肉、ベーコン	にんじん、小松菜 長ねぎ、竹の子 干しいたけ きくらげ、えだ豆	<p>七夕献立</p> <p>七夕は、昔、中国から日本に伝わった星祭りです。彦星と織姫という男女の星が、天の川をはさんで向かい合って、この2つの星が1年に1度、7月7日に会えるという言い伝えら、祭りが始まりました。現在の七夕は、短冊に願い事を書き、笹に飾ります。給食では、七夕ゼリーが7月5日に出来ます。</p> 
2 (火)	ごはん	りんごジュース	根菜入り鶏団子と大根のみそ汁 アレルギー対応さばみそ煮・えだ豆とひじきの炒め物	ごはん サラダ油	根菜入りとりだんご みそ、高野とうふ ちくわ、ひじき さばみそに	りんごジュース ごぼう、にんじん 大根、干しいたけ 長ねぎ、えだ豆	
3 (水)	ごはん		マーボー豆腐・米粉ギョウザ(2コ) 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 春雨、さとう ごま油、でんぷん ドレッシング サラダ油	ぶたひき肉、とうふ みそ 米粉ギョウザ	キャベツ、にんじん 長ねぎ、にんにく しょうが、きゅうり	
4 (木)	ごはん		厚揚げと大根のみそ汁・焼肉煮 アレルギー対応黒糖大豆	ごはん サラダ油 さとう	あつあげ みそ、ぶた肉 高野とうふ 黒とう大豆	大根、にんじん 長ねぎ、にんにく 干しいたけ、玉ねぎ もやし、ピーマン こんにゃく、しょうが	
5 (金)	米粉食パン		クリームシチュー・チキンサラダ アレルギー対応フレンチクリームドレッシング 県産りんごジャム・七夕ゼリー	米粉食パン じゃがいも ドレッシング ジャム、ゼリー サラダ油	とり肉、豆乳	玉ねぎ、にんじん いんげん、パセリ	
8 (月)	ごはん		春雨スープ・もやしの炒め物 アレルギー対応五目野菜の肉団子(1年~3年:1コ・4年~職員:2コ)	ごはん 春雨 ごま油 サラダ油	とり肉 ちくわ 五目野菜の肉だんご	にんじん 竹の子、もやし 小松菜、長ねぎ 干しいたけ	
9 (火)	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・きんぴらごぼう	ごはん さとう、ごま ごま油 じゃがいも	あさり さとう、みそ キャベツ入り平つくね ぶた肉	にんじん、長ねぎ ごぼう、干しいたけ 小松菜	
10 (水)	ごはん		夏野菜カレー・海そうサラダ アレルギー対応和風ドレッシング	ごはん サラダ油 ドレッシング	豆乳 ぶた肉 わかめ、赤つのまた 白すぎのり くわがめ	かぼちゃ、玉ねぎ なす、にんにく アップルソース きゅうり、コーン	
11 (木)	ごはん	りんごジュース	田舎汁・アレルギー対応いわしごまみそ煮 糸こんにゃくとメンマの炒め物	ごはん サラダ油	ぶた肉、とうふ 油あげ、みそ いわしごまみそに	大根、にんじん 長ねぎ、メンマ 干しいたけ こんにゃく りんごジュース	
12 (金)	米粉食パン		ミネストローネ・ゆで野菜(いんげん、コーン) アレルギー対応たれ付きチキンハンバーグ アレルギー対応フレンチドレッシング・県産りんごジャム	米粉食パン 米粉マカロニ じゃがいも ジャム、さとう ドレッシング	とり肉 チキンハンバーグ	玉ねぎ、にんじん トマト、コーン いんげん	
16 (火)	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、サラダ油 さとう、春雨 ごま	ぶた肉 みそ、とうふ 小魚	白菜、にんじん キャベツ、ピーマン 大根、竹の子 にら	<p>今月の青森産品</p>
17 (水)	ごはん		きりたんぼ汁・さば塩焼き もやしと小松菜のおひたし(しょうゆ)	ごはん きりたんぼ	とり肉 油あげ さば塩焼き	大根、にんじん 干しいたけ ごぼう、長ねぎ もやし、小松菜	<p>《青森市産》 米(まっしくら)</p>
18 (木)	ごはん		豆腐とわかめのみそ汁・切り干し大根の炒め物 アレルギー対応きんぴら肉団子(1年~3年:1コ・4年~職員:2コ)	ごはん さとう サラダ油	わかめ、とうふ みそ、ちくわ きんぴら肉だんご	干しいたけ にんじん、もやし 長ねぎ 切り干し大根	<p>《青森県産》 りんごジュース 根菜入りとりだんご 五目野菜の肉だんご</p>
19 (金)	米粉食パン		コンソメスープ・キーマカレー アレルギー対応プリン	米粉食パン じゃがいも プリン 米粉マカロニ	大豆 ボークフランクフルト ぶたひき肉	にんじん マッシュルーム 玉ねぎ いんげん 大根	<p>りんごジャム アップルソース</p>

- ◆調味料は全てアレルギー対応のものを使っています。
- ◆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。
- ◆教育委員会では、米飯給食の推進を図るため、7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。