



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	おかずるい				
26 (月)	ごはん		米粉マカロニスープ 米粉キョウザ(2こ)・チンジャオロースー	ごはん 米粉マカロニ サラダ油、でんぷん	とり肉 米粉キョウザ ふた肉	にんじん、もやし、長ねぎ 小松菜、竹の子 干しいたけ、ピーマン にんにく、しょうが	人気メニューの紹介 8月27日の「ツナサラダ」 は、幸徳小学校、戸山西小学校、三内小学校、金沢小学校、三内西小学校の6年生に人気のメニューです。
27 (火)	ごはん		夏野菜カレー・ツナサラダ アレルギー対応フレンドレッシング	ごはん ドレッシング	ふたひき肉 豆乳、ツナ わかめ	玉ねぎ、なす、いんげん かぼちゃ、にんにく アップルソース にんじん、きゅうり	
28 (水)	ごはん	りんごジュース	厚揚げと大根のみそ汁・手作り海鮮カツ バックソース・糸コンとメンマの炒め物	ごはん、でんぷん コーンフレーク サラダ油	あつあげ、みそ 海せんハンバーグ ふた肉	りんごジュース 大根、にんじん、長ねぎ 干しいたけ、メンマ にんにく	
29 (木)	米粉食パン		コンソメスープ・米粉マカロニのミートソース炒め アレルギー対応黒糖大豆	米粉食パン 米粉マカロニ さとう	ポークフランクフルト ふたひき肉 大豆、黒とう大豆	大根、にんじん しめじ、玉ねぎ マッシュルーム トマト	
30 (金)	ごはん		どさんこ汁・アレルギー対応キャベツ入り平つくね ゆで野菜(もやし、小松菜、にんじん)・アレルギー対応和風ドレッシング	ごはん じゃがいも ドレッシング	とり肉、油あげ わかめ、豆乳、みそ キャベツ入り平つくね	にんじん、コーン もやし、小松菜	
2 (月)	ごはん		いもちもち汁・アレルギー対応いわしごまみそ煮 豚肉といんげんの炒め物	ごはん、いもち ごま、さとう サラダ油	とり肉、油あげ いわしごまみそに ふた肉	大根、にんじん ごぼう、長ねぎ いんげん、こんにゃく しょうが	9月17日は十五夜です 十五夜とは昔の暦で8月15日の夜のことです。(現在の暦では、9月~10月初旬ごろ)。「中秋の名月」ともいって、1年で最も月がきれいに見えることから、月をながめるお月見の風習があります、ちょうど農作物の収穫の時期に当たるため、季節の野菜や菓物などをお供えし、収穫に感謝する意味もあります。 給食では13日、十五夜ゼリーが出ます。
3 (火)	ごはん		中華スープ・炒めピピンパッ アレルギー対応豆乳パンナコッタ	ごはん、さとう ごま油 パンナコッタ	ふた肉、なると わかめ、みそ ふたひき肉	玉ねぎ、竹の子、白菜 にんじん、ほうれん草 ぜんまい、もやし	
4 (水)	ごはん		鶏団子みそ汁・アレルギー対応チキンとポークのハンバーグ カレーポテトサラダ	ごはん じゃがいも マヨネーズソース	チキンボール、とうふ 油あげ、みそ、ほたて チキンとポークのハンバーグ	大根、にんじん しめじ、長ねぎ 玉ねぎ、パセリ	
5 (木)	米粉食パン		コーンポタージュ・アレルギー対応ソーセージステーキ ゆで野菜(キャベツ、にんじん) アレルギー対応フレンチクリームドレッシング	米粉食パン ドレッシング	とり肉 ソーセージステーキ	コーン、玉ねぎ にんじん、パセリ キャベツ	
6 (金)	ごはん		僧兵汁・アレルギー対応たれ付き肉団子(2こ) きんぴらごぼろ	ごはん、里いも ごま、さとう ごま油	ふた肉、油あげ 肉だんご、みそ	にんじん、れんこん 大根、竹の子、長ねぎ にんにく、ごぼう こんにゃく	
9 (月)	ごはん		豆乳担々スープ いかのチリソース炒め・パイン缶	ごはん、春雨 ごま、ごま油 さとう、でんぷん	ふたひき肉、とうふ 豆乳、いか たこボール、みそ	にんにく、小松菜 にんじん、玉ねぎ キャベツ、しょうが ハイナッフル	
10 (火)	ごはん		あさりと豆腐のみそ汁 手作りメンチカツ・ふきの炒め物	ごはん、でんぷん コーンフレーク サラダ油、さとう	あさり、とうふ 油あげ、みそ ハンバーグ ふた肉	大根、にんじん 長ねぎ、ふき こんにゃく	
11 (水)	ごはん		肉じゃが ほっけ塩焼き・枝豆とひじきの炒め物	ごはん じゃがいも さとう、サラダ油	ふた肉、ひじき ほっけ塩焼き ちくわ	玉ねぎ、にんじん こんにゃく、えだ豆	
12 (木)	米粉食パン		ミネストローネ・アレルギー対応彩り野菜豆腐・県産りんごジャム ゆで野菜(もやし、にんじん)・アレルギー対応イタリアンドレッシング	米粉食パン 米粉マカロニ じゃがいも、ジャム ドレッシング	とり肉 彩り野菜とうふ	玉ねぎ、にんじん トマト、もやし	
13 (金)	ごはん		せんぎり汁 焼肉煮・十五夜ゼリー	ごはん、さとう サラダ油 ゼリー	ひじき、油あげ みそ、ふた肉 高野とうふ	キャベツ、にんじん、長ねぎ 切り干し大根、玉ねぎ ピーマン、にんにく こんにゃく、干しいたけ もやし、しょうが	
17 (火)	ごはん		ハッシュドポーク・パリパリ大根サラダ 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	ふた肉	玉ねぎ、にんじん マッシュルーム 切り干し大根 コーン	
18 (水)	ごはん		鶏肉と春雨の中華スープ アレルギー対応五目野菜の肉団子・ホイコーロー	ごはん、春雨 ごま油、さとう サラダ油	とり肉、ふた肉 五目野菜の肉だんご みそ	もやし、にんじん、小松菜 きくらげ、キャベツ 竹の子、ピーマン にんにく、しょうが	
19 (木)	米粉食パン		ポトフ・アレルギー対応ハンバーグソースがけ・いちごジャム ゆで野菜(白菜、にんじん)・アレルギー対応イタリアンドレッシング	米粉食パン じゃがいも さとう、ジャム ドレッシング	ポークフランクフルト ハンバーグ	玉ねぎ、にんじん しめじ、白菜	
20 (金)	ごはん		さつま汁・アレルギー対応海鮮ハンバーグ 煮あえっこ【青森県の郷土料理】	ごはん さつまいも サラダ油	ふた肉、高野とうふ みそ、油あげ とうふ 海せんハンバーグ	にんじん、ごぼう 干しいたけ、白菜 大根、わらび	
24 (火)	ごはん		五目中華スープ・アレルギー対応ポテト付きささみカツ リャンパンサンスー・アレルギー対応和風ドレッシング	ごはん、サラダ油 春雨、ごま油 ドレッシング	ふた肉 なるこ ポテト付きささみカツ	竹の子、にんじん 干しいたけ、長ねぎ きゅうり	
25 (水)	ごはん	りんごジュース	豚汁 手作りチキン照り焼き・もやしの炒め物	ごはん じゃがいも、さとう でんぷん、サラダ油	ふた肉、高野とうふ みそ、とり肉 ふたひき肉	りんごジュース、玉ねぎ 白菜、にんじん、ごぼう 長ねぎ、にんにく もやし、ピーマン	
26 (木)	米粉食パン		かぼちゃのポタージュ・アレルギー対応ポークウインナー(2こ) ゆで野菜(ほうれん草、にんじん、コーン)・アレルギー対応フレンドレッシング	米粉食パン さとう ドレッシング	とり肉 豆乳 ポークウインナー	かぼちゃ、玉ねぎ にんじん、パセリ ほうれん草 コーン	
27 (金)	ごはん		きりたんぼ汁・アレルギー対応さばみそ煮 豚肉とコーンの甘辛炒め	ごはん きりたんぼ さとう サラダ油	とり肉、油あげ さばみそに ふた肉	大根、にんじん、ごぼう 干しいたけ、長ねぎ コーン、玉ねぎ、こんにゃく にんにく、しょうが	
30 (月)	ごはん		キムチスープ・アレルギー対応照り焼きハンバーグ わかめサラダ・アレルギー対応和風ドレッシング	ごはん ごま油 ドレッシング	ふた肉、とうふ みそ、わかめ 照り焼きハンバーグ	白菜、にんじん にら、もやし きゅうり	

- ◆調味料は全てアレルギー対応のものを使っています。
- ◆こんだてで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。
- ◆魚にははねがあるので、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、種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。

今月の青森産品

《青森市産》
米(まっしぐら)

《青森県産》
りんごジャム
りんごジュース
ほたて