

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』を全て使用しないこんだてです。

# 6月 食物アレルギー対応食 こんだてのおしらせ

B群校

青森市小学校給食センター

実施日	こんだて		おかにエネルギーのもとになる食品	おもとに体をつくる食品	おもとに体の調子をととのえる食品	ひとこと
	主食	のみもの				
1 (木)	ごはん		ごはん、ごまごま油	たこボール、とうふみそ、ちくわきんぴらつつみ焼き	大根、にんじん長ねぎ、こんにやくメンマ、ピーマン	<b>ほたて貝</b>
2 (金)	米粉食パン		米粉食パン	ウインナーチキンボール黒とう大豆	グリーンピース、コーンにんじん、キャベツパセリ、玉ねぎマッシュルーム、トマト	ほたて貝は、青森県を代表する特産物の一つであり、北日本を代表する食用貝です。
5 (月)	ごはん		ごはん、ごま	油あげ、とうふみそ、ぶた肉大豆	大根、ほうれん草にんじん、しょうがごぼう、こんにやく玉ねぎ、干しいたけ	ほたて貝の名前の由来は、片方の貝殻を帆のように立てて海面を移動すると信じられていたことから「帆立」と呼ばれるようになったそうです。
6 (火)	ごはん		ごはん	とり肉豆乳、ツナ	玉ねぎ、にんじんアップルソースにんにく、いんげんキャベツ	味は淡泊ですが、貝類の中でも特にたんぱく質が多くふくまれています。給食では、19日にします。
7 (水)	ごはん		ごはん、でんぷん	ぶた肉米粉ギョウザ	竹の子、にんじんきくらげ、長ねぎしょうが、きゅうり	
8 (木)	ごはん	りんごジュース	ごはん、いもち	とり肉、油あげ	りんごジュースにんじん、大根ごぼう、長ねぎ	
9 (金)	米粉食パン		米粉食パン	ベーコン、豆乳肉だんご	白菜、にんじん小松菜、アスパラガスコーン	
12 (月)	ごはん		ごはん	とうふ、とり肉	大根、にんじん	<b>みずの油炒め</b> 【青森県の郷土料理】
13 (火)	ごはん		ごはん、きりたんぼ	とり肉、油あげ	ごぼう、大根	「みず」は、別名「うわ
14 (水)	ごはん		ごはん、ごま	とうふ、ぶたひき肉	キャベツ、にんじん	ばみ草」といいます。水辺
15 (木)	ごはん		ごはん、ごま	ぶた肉、みそ	にんじん、もやし	に生えている鮮やかな緑色
16 (金)	米粉食パン		米粉食パン	とり肉、大豆、青大豆	コーン、玉ねぎ	の山菜で、味にくせがな
19 (月)	ごはん		ごはん、ごま	ほたて、とうふ	大根、にんじん	く、ねばりがあるのが特徴
20 (火)	ごはん		ごはん	ぶた肉、とり肉	キャベツ、にんじん	です。青森県では、ちょう
21 (水)	ごはん		ごはん、ごま	とうふ、わかめ	にんじん	ど今、旬を迎え、おいしい
22 (木)	ごはん		ごはん	ひじき、油あげ	キャベツ、にんじん	時期になります。給食で
23 (金)	米粉食パン		米粉食パン	とり肉	チンゲン菜、もやし	は、26日にします。
26 (月)	ごはん		ごはん	ぶた肉、油あげ	大根、にんじん	<b>今月の青森産品</b>
27 (火)	ごはん		ごはん	あさり、とうふ	にんじん、長ねぎ	《青森市産》
28 (水)	ごはん		ごはん	ぶた肉、なると	竹の子、にんじん	こめ(まっしぐら)
29 (木)	ごはん	りんごジュース	ごはん	わかめ、油あげ	りんごジュース	米(まっしぐら)
30 (金)	米粉食パン		米粉食パン	あさり、豆乳	玉ねぎ、にんじん	ハサラコーン

6日の「チキンカレー」は、野内小学校、千刈小学校、浪館小学校、大野小学校の3月に卒業した6年生に人気のメニューです。

13日の「さばみそ煮」は、堤小学校、原別小学校、横内小学校、浜田小学校の3月に卒業した6年生に人気のメニューです。

- ◆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。
- ◆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。

- ◆こんだては都合により変更することがあります。
- ◆魚にはほねがあるので、気をつけて食べてください。
- ◆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。