

食物アレルギー対応食 学校給食献立一覧表

令和元年度10月分

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			
1 火	米粉食パン		チキンボールスープ アレルギー対応たれつくね棒 コーン入りポテト	チキンボール 豆腐 たれつくね棒	人参、もやし キャベツ、コーン	米粉食パン じゃがいも マヨネーズソース
2 水	米飯230g		いもちもち汁 白身魚塩焼 野菜と豚肉の炒め物	鶏肉、豚肉 白身魚塩焼	人参、長ねぎ ごぼう、キャベツ 玉ねぎ、ピーマン しょうが、にんにく	米飯 いもちもち
3 木	米粉麺		しょうゆラーメン 焼き米粉ギョウザ(2個) たけのこの炒め物 りんごゼリー	豚肉、なると 米粉ギョウザ	人参、長ねぎ 白菜、メンマ 竹の子、ピーマン	米粉麺 りんごゼリー
4 金	米飯250g		ハヤシライス ゆで野菜(キャベツ、コーン) アレルギー対応フレンチドレッシング パイン缶	豚肉	玉ねぎ、しめじ 人参、コーン キャベツ、パイン	米飯 じゃがいも ドレッシング
7 月	米飯230g		なめこ汁 あじ塩焼 三色ごま炒め	豆腐、油揚 あじ塩焼	なめこ、大根 ごぼう、人参 小松菜	米飯 ごま マヨネーズソース
8 火	米粉食パン		コーンポタージュ ソーセージステーキ ゆで野菜(小松菜、人参) アレルギー対応イタリアンドレッシング	鶏肉、豆乳 ソーセージステーキ	コーン、玉ねぎ 小松菜、人参	米粉食パン じゃがいも
9 水	米飯230g		五目中華スープ アレルギー対応チキンハンバーグ 春雨マーボー炒め	豆腐、豚ひき肉 チキンハンバーグ	もやし、人参 長ねぎ、竹の子 玉ねぎ、しめじ しょうが、にんにく	米飯 春雨 ごま油
10 木	米粉麺		山菜うどん・手作りポテトコロッケ ゆで野菜(キャベツ、きゅうり) アレルギー対応和風ドレッシング 米粉のカップケーキ(いちご)	豚肉、油揚 なると、大豆	人参、長ねぎ、ふき 細竹、ぜんまい、 えのきたけ、玉ねぎ キャベツ、きゅうり	米粉麺、米油 じゃがいも ドレッシング 米粉のカップケーキ
11 金	米飯230g		チキンボールのすまし汁 アレルギー対応彩り野菜豆腐 ひじきの炒め物 アレルギー対応ごま付き小魚	チキンボール 彩り野菜豆腐 ひじき、豚肉 油揚、小魚	白菜、人参 干しいたけ 長ねぎ	米飯 ごま
15 火	米粉パン		コンソメスープ アレルギー対応鶏肉の生姜焼 チンゲン菜と人参の炒め物	豚肉 鶏肉の生姜焼	玉ねぎ、人参 もやし、パセリ チンゲン菜	米粉パン
16 水	米飯230g		小松菜のみそ汁 ます塩焼 切干大根の炒め物	豆腐、油揚 ます塩焼	小松菜、人参 大根、長ねぎ 切干大根	米飯
17 木	米粉麺		タンタン麺 野菜入りかまぼこ ゆで野菜(キャベツ、人参)・エッグフリーマヨネーズ みかんゼリー	豚ひき肉、なると 野菜入りかまぼこ	もやし、長ねぎ チンゲン菜、しょうが にんにく、干しいたけ キャベツ、人参	米粉麺 ごま油 マヨネーズソース みかんゼリー
21 月	米飯230g		トック入りスープ ホキ照焼 じゃがいものそぼろ煮 カットりんご	鶏肉、豚ひき肉 ホキ照焼	しめじ、人参 長ねぎ、しょうが 玉ねぎ、りんご	米飯 トック じゃがいも
25 金	米飯250g		ピピンパ アレルギー対応ポテト付きささみカツ 黄桃入り豆乳デザート	豚肉 ポテト付きささみカツ	もやし、人参 白菜キムチ ほうれん草、竹の子 にんにく、大根、黄桃	米飯 ごま油 米油 豆乳デザート
28 月	米飯230g		ごまみそ汁 アレルギー対応ハンバーグ ゆで野菜(キャベツ、人参) アレルギー対応和風ドレッシング	豆腐、豚肉 ハンバーグ	人参、長ねぎ しめじ、キャベツ	米飯 ごま ドレッシング
29 火	米粉食パン		豚肉と野菜のスープ アレルギー対応ソーイングナー チリコンカーン	豚肉、豚ひき肉 ミックスビーンズ ソーイングナー	もやし、玉ねぎ 人参、キャベツ にんにく、トマト	米粉食パン
30 水	米飯230g		鶏鍋汁 さばみそ煮 野菜の炒め物 アレルギー対応のりふりかけ	鶏肉、豚肉 さばみそ煮	大根、人参 白菜、長ねぎ もやし、玉ねぎ にんにく、しょうが	米飯
31 木	米粉麺		なめこうどん 手作りメンチカツ ゆでキャベツ・ソース 米粉のカップケーキ(チョコ)	鶏肉、なると 油揚、大豆 手作りメンチカツ	人参、長ねぎ なめこ、キャベツ 干しいたけ	米粉麺 米油 米粉のカップケーキ

◆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。