

令和元年度 11月分

食物アレルギー対応食 学校給食献立一覧表

実施日	曜日	こ  ん  だ  て			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			
1	金	米飯230g	りんごジュース	さつまいも汁 赤魚塩焼 切干大根の炒め物	豚肉 赤魚塩焼	しめじ、人参 長ねぎ、切干大根 干しいたけ りんごジュース	米飯 さつまいも
5	火	米粉食パン		コンソメスープ アレルギー対応ポークウインナー（2個） ミートソース米粉マカロニ	豚肉 ポークウインナー 豚ひき肉、大豆	玉ねぎ、人参 もやし、干しいたけ	米粉食パン 米粉マカロニ
7	木	米粉麺		しょうゆラーメン・アレルギー対応海鮮ハンバーグ ゆで野菜（きゅうり・コーン）・アレルギー対応コーンクリー ミードレッシング・アレルギー対応黒糖大豆	豚肉、なると 海鮮ハンバーグ 黒糖大豆	人参、長ねぎ、玉ねぎ もやし、きゅうり コーン	米粉麺 ドレッシング
8	金	米飯250g		ピピンパ アレルギー対応たれ付つくね棒 マンゴー入り豆乳ゼリー	豚肉 たれ付つくね棒	もやし、人参、ぜんまい ほうれん草、切干大根 にんにく、マンゴー	米飯 ごま油 豆乳デザート
11	月	米飯230g		ごまみそ汁・白身魚照焼・ゆで野菜（ほうれん草・人参） アレルギー対応和風ドレッシング アレルギー対応のりふりかけ	豆腐 鶏肉 白身魚照焼	人参、長ねぎ ほうれん草、しょうが ほうれん草	米飯 ごま ドレッシング
12	火	米粉パン		ミネストローネ・手作りメンチカツ ゆでキャベツ・ソース アレルギー対応ごま付き小魚	ポークフランク ミックスピーズ 手作りメンチカツ 小魚	玉ねぎ、大根、人参 トマト、キャベツ	米粉パン 米油 ごま
13	水	米飯250g		チキンカレー 海藻サラダ・アレルギー対応イタリアンドレッシング フルーツポンチ	鶏肉 豆乳 海藻ミックス	玉ねぎ、人参 きゅうり、黄桃 みかん、パイナップル	米飯 じゃがいも
14	木	米粉麺		きつねうどん・アレルギー対応野菜入りかまぼこ 大根のそぼろ煮 アレルギー対応米粉のカップケーキ（メープル）	鶏肉、油揚 野菜入りかまぼこ 豚ひき肉	人参、長ねぎ、干しいたけ 細竹、ぜんまい、えのきたけ ひき、大根、しょうが	米粉麺 米粉のカップケ キ
15	金	米飯230g		むつ灣ほたてのだし活みそ汁・アレルギー対応チキンハンバーグ ゆで野菜（ほうれん草・コーン）・アレルギー対応フレンチク リーミードレッシング・果肉入りりんごゼリー	ほたて チキンハンバーグ	大根、人参 ほうれん草、コーン	米飯 ドレッシング りんごゼリー
18	月	米飯230g		なめこみそ汁 アレルギー対応鶏肉の生姜焼 豚肉と人参の炒め物	豆腐 鶏肉の生姜焼 豚肉	なめこ、長ねぎ 玉ねぎ、人参	米飯
19	火	米粉食パン		チキンボールスープ・アレルギー対応ポテト付きささみカツ 豚肉と野菜の炒め物 いちごジャム	チキンボール 豆腐、豚肉 ポテト付きささみカツ	人参、もやし、長ねぎ 干しいたけ、ほうれん草 しめじ	米粉食パン、米油 いちごジャム
20	水	米飯230g		いももち汁・ほっけ塩焼 きんぴらごぼう カットりんご	鶏肉 ほっけ塩焼 豚肉	長ねぎ、人参 しめじ、ごぼう りんご	米飯、いももち ごま
21	木	米粉麺		みそカレー豆乳ラーメン・アレルギー対応なすのポテトグラタン ゆで野菜（大根・人参）・アレルギー対応イタリアンドレッシング ・アレルギー対応ごま付小魚	豚肉、なると わかめ、豆乳 なすのポテトグラタン 小魚	もやし、人参、長ねぎ 大根、しょうが、にんにく	米粉麺 ごま、ごま油 ドレッシング
22	金	米飯230g		せんざり汁・さば煮魚 ゆで野菜（もやし・きゅうり） アレルギー対応和風ドレッシング	ひじき さば煮魚	キャベツ、人参、長ねぎ 切干大根、きゅうり もやし	米飯 ドレッシング
25	月	米飯230g		きりたんぼ汁・あじ塩焼 ゆで野菜（きゅうり・わかめ） アレルギー対応フレンチドレッシング・アレルギー対応プリン	鶏肉 あじ塩焼 わかめ	白菜、ごぼう、人参 干しいたけ、きゅうり	米飯、きりたんぼ ドレッシング プリン
26	火	米粉パン		かぼちゃポタージュ アレルギー対応ハンバーグ ゆで野菜（キャベツ・人参）・エッグフリーマヨネーズ	鶏肉 豆乳 ハンバーグ	かぼちゃ、玉ねぎ、パセリ マッシュルーム キャベツ、人参	米粉パン マヨネーズソース
27	水	米飯230g		けんちん汁 アレルギー対応ホキ米粉カツ ゆでキャベツ・パックソース	鶏肉 豆腐 ホキ米粉カツ	大根、人参 キャベツ	米飯、ごま油 米油
28	木	米粉麺		なめこうどん・彩り野菜豆腐 もやしの炒め物 アレルギー対応米粉のカップケーキ（いちご）	鶏肉、油揚 彩り野菜豆腐 豚ひき肉	人参、長ねぎ、なめこ もやし	米粉麺 米粉のカップケ キ
29	金	米飯250g		マーボー丼 焼き米粉ギョウザ（2個） アセロラゼリー入りフルーツポンチ	豆腐 豚ひき肉 米粉ギョウザ	長ねぎ、キャベツ、人参 にんにく、しょうが 黄桃、みかん、パイナップル	米飯、ごま油 アセロラジュレ

- ◆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。