

食物アレルギー対応食 学校給食献立一覧表

平成29年度 6月分

青森市小学校給食センター

実施日	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 木	米飯 230g		せんぎり汁・さばみそ煮 豚肉の野菜炒め			ひじき さばみそ煮 豚肉	キャベツ、人参 白ねぎ、切干大根 まいたけ、ぶなしめじ にんにく、しょうが	米飯
2 金	米飯 250g		ポークカレー・生野菜（キャベツ、きゅうり） アレルギー対応コーンクリームドレッシング 甘夏みかん缶・アレルギー対応ごま付小魚			豚肉 豆乳 カタクチイワシ	玉ねぎ、人参 キャベツ、きゅうり 甘夏みかん	米飯 じゃがいも ドレッシング 白いりごま
5 月	米飯 230g		キャベツのみそ汁・アレルギー対応チキンハンバーグ ゆで野菜（きゅうり、わかめ）・アレルギー対応和風ドレッシング			油揚 チキンハンバーグ わかめ	キャベツ、人参 長ねぎ、きゅうり	米飯 ドレッシング
6 火	米粉 食パン		コンソメスープ・アレルギー対応ソーセージステーキ ミートソース米粉マカロニ			豚肉 ソーセージステーキ 豚ひき肉	玉ねぎ、人参 キャベツ、トマト 干しいたけ	米粉パン 米粉マカロニ
7 水	米飯 230g		根菜汁・鶏肉の米パン粉フライ（塩味） ゆで野菜（切干大根、キャベツ） アレルギー対応和風ドレッシング			鶏肉、油揚 鶏肉の米パン粉フライ	人参、白ねぎ 切干大根、キャベツ	米飯 じゃがいも ドレッシング 米油
8 木	米飯 230g		なめこのみそ汁・ます塩焼き 呉の肉じゃが・アップルシャーベット			豆腐、ます 牛肉	なめこ、白ねぎ 玉ねぎ アップルシャーベット	米飯 じゃがいも 春雨
9 金	米飯 250g		マーボー丼・揚げ米粉ギョウザ(1個) マンゴー入り豆乳デザート			豆腐、豚ひき肉 米粉ギョウザ	白ねぎ、白菜 人参、しょうが にんにく、マンゴー	米飯、ごま油 でんぷん 豆乳ゼリー 米油
12 月	米飯 230g		豆腐とわかめのみそ汁・アレルギー対応さんま洋風煮 豚肉とじゃがいもの炒め物			わかめ、豆腐 さんま洋風煮 豚肉	白ねぎ、ほくさい 玉ねぎ	米飯 じゃがいも
13 火	米粉パン		ミネストローネ・鮭米粉カツ・ゆで野菜（キャベツ、わかめ） アレルギー対応和風ドレッシング・アレルギー対応黒糖大豆			ポークフランク 鮭米粉カツ わかめ 黒糖大豆	玉ねぎ、人参 ごぼう、トマト キャベツ	米粉パン じゃがいも 米油 ドレッシング
14 水	米飯 230g		豆腐と豚肉のみそ汁・鮭塩焼 もやしとキャベツのおひたし（しょうゆ）・みかんゼリー			豆腐 豚肉 鮭	人参、白ねぎ まいたけ、キャベツ もやし	米飯 みかんゼリー
15 木	米飯 230g		県産牛肉入りピリ辛スープ・手作りチキン照焼・春雨サラダ エッグフリーマヨネーズ・アレルギー対応ごま付小魚			牛肉、鶏肉 カタクチイワシ	切干大根、玉ねぎ 人参、白菜 白ねぎ、にんにく きゅうり	米飯 ごま油、白いりごま でんぷん、春雨 マヨネーズ
16 金	米飯 250g		ひき肉のカレー・わかめサラダ アレルギー対応梅ドレッシング・カットメロン			豚ひき肉、豆乳 わかめ	玉ねぎ、人参 ほうれん草、メロン	米飯 じゃがいも ドレッシング
21 水	米飯 230g		むつ湾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 生野菜（キャベツ、きゅうり） アレルギー対応フレンチドレッシング・アレルギー対応チョコプリン			ほたて チキンハンバーグ 豆腐	大根、人参 ぶなしめじ キャベツ、きゅうり	米飯 ドレッシング プリン
26 月	米飯 230g		豚汁・たら塩焼 糸コンとメンマの炒め物・アレルギー対応プリン			豚肉、たら 鶏肉	人参、白ねぎ ごぼう、糸こんにゃく 干しいたけ、しょうが メンマ	米飯 じゃがいも プリン
27 火	米粉 食パン		チキンボールスープ・アレルギー対応野菜豆腐 ラタトゥイユ			チキンボール 豆腐 野菜豆腐 ベーコン	人参、もやし 白ねぎ、白菜 玉ねぎ、キャベツ ピーマン、なす トマト	米粉パン
28 水	米飯 230g		じゃがいものみそ汁・アレルギー対応野菜入りかまぼこ 焼鳥丼の具			豆腐、わかめ 野菜入りかまぼこ 鶏肉	人参、玉ねぎ ほうれん草、白ねぎ にんにく、しょうが	米飯 じゃがいも
29 木	米飯 230g	りんごジュース	キムチスープ・アレルギー対応つくね棒（2個） 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			豚肉、豆腐 つくね棒	白菜、白ねぎ ほうれん草、人参 大根、りんごジュース	米飯 ごま油 ドレッシング
30 金	米飯 250g		焼肉丼・アレルギー対応ソーセージステーキ 豆乳ゼリー入りフルーツポンチ			豚肉 ソーセージステーキ	もやし、玉ねぎ 人参、ぶなしめじ にんにく、しょうが マンゴー、アロエ	米飯 春雨 豆乳ゼリー

◆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。

市産品・県産品の紹介

《青森市産》米

《青森県産品》りんごジュース、ごぼう、切干大根、ほたて、豆腐、県産だし、豚肉、牛肉、アップルコンポート

