

4月 食物アレルギー対応食こんだてのおしらせ

単独給食実施校

青森市小学校給食センター

| 実施日 | こんだて | | | | おもちにエネルギーのもとになる食品 | おもちに体をつくる食品 | おもちに体の調子をととのえる食品 | ひとこと |
|-----------|--------|----------------------|-------------|---|--------------------------------------|--|---|---|
| | 主食 | ジャム ふりかけ | のみもの | おかずのい | | | | |
| 10 (月) | ごはん | | | あさりと小松菜のみそ汁 肉団子のケチャップ煮(4こ)、根菜とこんにゃくの炒り煮 | ごはん さとう でんぷん | あさり、とうふ みそ、ぶた肉 チキンボール | 小松菜、にんじん 長ねぎ、にんにく しょうが、れんこん ごぼう、まいだけ 糸こんにゃく | 給食がスタート! 4月10日から、給食が 始まりました。マナー を守って、みんなで気持ち のよい給食時間にしましょ う。 |
| 11 (火) | ごはん | | | 豚汁、ホキのしょうゆ煮 キャベツとコーンの炒め物 | ごはん じゃがいも さとう、こめ油 | ぶた肉 高野豆腐 みそ、ホキ | にんじん、ごぼう、玉ねぎ はくさい、しょうが 糸こんにゃく、コーン 干しいたけ、キャベツ | |
| 12 (水) | 米粉麺 | | | きつねうどん、アレルギー対応野菜豆腐 小松菜ときのこのごま炒め、みかんゼリー | 米粉麺 さとう、ごま油 白すりごま みかんゼリー | とり肉、かまぼこ 油あげ 野菜豆腐 | にんじん、長ねぎ 小松菜、しめじ もやし | こんだての名前 について アレルギー対応食で は、肉・魚の加工品や バックマヨネーズ・ド レッシング類を使用し ています。 これらの加工品につ いては、「米粉〇〇」、 「菜パン粉〇〇」、[ア レルギー対応〇〇]のよ うに、アレルギー対応食 品であることがわかる 名前を表記していま す。 全て7大アレルゲン 不使用なので、安心し て食べてください。 |
| 13 (木) | ごはん | | | 高野豆腐とキャベツのみそ汁、とり肉の米パン粉フライ(みそ味) いんげんとにんじんのゆで野菜、アレルギー対応梅ドレッシング | ごはん こめ油 ドレッシング | 高野豆腐 みそ とり肉の米パン粉 フライ | キャベツ、長ねぎ えのきだけ さやいんげん にんじん | |
| 14 (金) | 米粉食パン | | | 鶏肉と大根のスープ、ウィンナーの炒め物 ぶどうゼリー | 米粉パン こめ油 ぶどうゼリー | とり肉 ポークフランス | だいこん、にんじん ほうれん草、キャベツ たまねぎ | |
| 17 (月) | ごはん | | | 切り干しだいこんと厚揚げのみそ汁 アレルギー対応つくね棒、豚肉とチンゲン菜の炒め物 | ごはん こめ油 | 厚揚げ、みそ つくね棒 ぶた肉 | 切り干しだいこん にんじん、長ねぎ チンゲン菜、たまねぎ にんにく | |
| 18 (火) | ごはん | | | いもち汁、さばみそ煮、小松菜と人参のゆで野菜 アレルギー対応和風ドレッシング、アレルギー対応プリン | ごはん いもち ドレッシング プリン | とり肉、さば みそ | だいこん、にんじん ごぼう、長ねぎ 干しいたけ 小松菜、きゅうり | |
| 19 (水) | 米粉麺(細) | | | 塩ラーメン、米粉焼きギョウザ(2こ) 豚肉とたけのこの中華炒め | 米粉麺、ごま油 こめ油、でんぷん | わかめ、なると ギョウザ、ぶた肉 | はくさい、にんじん もやし、長ねぎ だけのこ、たまねぎ | |
| 20 (木) | ごはん | | | ポークカレー、キャベツときゅうりのサラダ アレルギー対応コーンクリームドレッシング、いちごゼリー | ごはん、こめ油 じゃがいも ドレッシング いちごゼリー | ぶた肉、豆乳 | たまねぎ、にんじん キャベツ、きゅうり | |
| 21 (金) | 米粉食パン | | | 白菜とまいだけのスープ アレルギー対応チキンハンバーグ、ツナとキャベツの炒め物 | 米粉パン こめ油 | ベーコン チキンハンバーグ まぐろ油づけ | まいだけ、にんじん はくさい、パセリ キャベツ、もやし | |
| 24 (月) | ごはん | アレルギー 対応の ふりかけ | りんご ジュース | 肉団子汁、さけ米粉カツ ほうれん草と人参のおひたし(しょうゆ) | ごはん こめ油 のりふりかけ | チキンボール みそ さけ米粉カツ | だいこん、にんじん ごぼう、長ねぎ ほうれん草 りんごジュース | 今月の青森産品 《青森市産》 こめ 《青森県産》 ごぼう |
| 25 (火) | ごはん | | | いかと白菜の中華スープ、アレルギー対応キャベツ入り平つくね もやしとにらの炒め物、アレルギー対応ごま付小魚 | ごはん、はるさめ こめ油 白すりごま | いか、平つくね カタクチイワシ | はくさい、にんじん 干しいたけ、長ねぎ ザーサイ、だけのこ もやし、にら | |
| 26 (水) | 米粉麺 | | | おろしなめこうどん アレルギー対応ソーセージステーキ、ちくわとキャベツのごま炒め | 米粉麺 白すりごま 白ねりごま こめ油 | ぶた肉、油あげ かまぼこ、ちくわ ソーセージステーキ みそ | だいこん、なめこ にんじん、わらび 長ねぎ、キャベツ たまねぎ、エリンギ | |
| 27 (木) | ごはん | | | 豆腐と大根のみそ汁 アレルギー対応さんま洋風煮、ひじきと枝豆の炒め物 | ごはん さとう こめ油 | とうふ、みそ さんま、ひじき 油あげ | だいこん、にんじん 長ねぎ、枝豆 糸こんにゃく | |
| 28 (金) | 米粉食パン | | | コーンポタージュ、アレルギー対応ハンバーグ レタスときゅうりのサラダ、アレルギー対応フレンチドレッシング | 米粉パン こめ油 ドレッシング | とり肉、豆乳 ハンバーグ | コーン、たまねぎ にんじん、パセリ レタス、きゅうり | とり肉の米粉パン粉フライ りんごジュース |

- ◆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。

保護者の皆様へ

保護者のみなさまには事前に献立について確認し、小学校給食センターに「確認承諾書」を返送していただいております。昨年度までの3年間で、様々なご意見・ご感想を受け、改善に向けて検討しております。

学校給食課及び小学校給食センターでは、引き続きアレルギー対応食をより良いものにしていきたいと考えておりますので、保護者のみなさまにはぜひ確認承諾書を通じてご意見をいただければと思います。

また、この「こんだてのおしらせ」では、アレルギー対応食で使用する食材や新商品などについての情報提供もしていきます。これは新たにアレルギー対応食を始めた方にとっても必要な情報となりますので、継続されて

いる方には内容が重なることもありますが、ご了承ください。

- ◆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。
- ◆魚にはほねがあるので、気をつけて食べてください。

食物アレルギー対応食は 小学校給食センターで作っています

食物アレルギー対応食は、三内にある「小学校給食センター」で作っています。給食センターの中には「アレルギー対応食専用調理室」があり、今年も7名の調理員が作っています。クラスのみんなと一緒に、給食時間を楽しんでください。

