

平成30年度 10月分 食物アレルギー対応食 学校給食献立一覧表

じっしび 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 るい			
1 月	米飯230g		もやしと油揚げのみそ汁・ほっけ塩焼 小松菜と人参のおひたし(しょうゆ) のりふりかけ	油揚げ ほっけ塩焼	もやし、人参 長ねぎ、小松菜	米飯
2 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(ごぼう・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 マッシュルーム ごぼう、人参	米粉パン マヨネーズソー ス
3 水	米飯230g		豆腐とわかめのみそ汁・アレルギー対応鶏肉の生姜焼 厚揚げともやしの炒め物	わかめ 豆腐、油揚げ 鶏肉の生姜焼 厚揚げ	人参、長ねぎ もやし、ほうれん草	米飯
4 木	米粉めん		なめこうどん・アレルギー対応彩り野菜豆腐 ゆで野菜(ほうれん草・コーン)・アレルギー対応イタリ アンドレッシング・アレルギー対応プリン	鶏肉 油揚げ 彩り野菜豆腐	人参、長ねぎ なめこ、干ししいたけ ほうれん草、コーン	米粉めん ドレッシング プリン
5 金	米飯250g		マーボー丼・アレルギー対応ソーセージステーキ フルーツポンチ	豆腐 豚ひき肉 ソーセージステーキ	長ねぎ、キャベツ 人参、にんにく、しょうが 黄桃、みかん、パイン	米飯 ごま油
9 火	米粉パン		コンソメスープ アレルギー対応ポークウィンナー(2個) ミートソース米粉マカロニ	ベーコン ポークウィンナー 豚ひき肉、大豆	玉ねぎ、人参、もやし パセリ、干ししいたけ ピーマン	米粉パン 米粉マカロニ
10 水	米飯230g		いももち汁・ます塩焼 ひじきの炒め物・ブルーベリーゼリー	鶏肉 ます塩焼 ひじき、大豆	長ねぎ、人参 ふき、干ししいたけ	米飯、いももち ブルーベリーゼ リー
11 木	米粉めん		みそラーメン・揚げ米粉ギョウザ(2個) チンジャオロースー・カットりんご	豚肉 なると、わかめ 米粉ギョウザ	人参、もやし、長ねぎ、メンマ にんにく、しょうが、竹の子 ピーマン、りんご	米粉めん、ごま ごま油、米油
12 金	米飯230g		けんちん汁・アレルギー対応黍米粉カツ ゆでキャベツ・ソース	鶏肉 豆腐 黍米粉カツ	大根、人参 ごぼう キャベツ	米飯 ごま油、米油
15 月	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 小松菜、竹の子、大根 にんにく、マンゴー	米飯 ごま油 豆乳ゼリー
16 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 ゆでキャベツ・ソース・いちごジャム	チキンボール 豆腐 ポテト付きささみ カツ	人参、もやし、長ねぎ 干ししいたけ、小松菜 キャベツ	米粉パン 米油 いちごジャム
17 水	米飯230g		さつま汁・赤魚塩焼 ひき肉とじゃがいもの炒め物	豚肉 赤魚塩焼 豚ひき肉	ごぼう、人参 長ねぎ、玉ねぎ	米飯 さつまいも (こんにゃく) じゃがいも
18 木	米粉めん		きつねうどん・アレルギー対応野菜入りかまぼこ ゆで野菜(キャベツ・コーン) エッグフリーマヨネーズ・アレルギー対応大豆小魚	鶏肉、油揚げ 野菜入りかまぼこ 大豆小魚	人参、長ねぎ、干ししいたけ 細竹、ぜんまい、えのきたけ ふき、キャベツ、コーン	米粉めん マヨネーズソー ス
24 水	米飯230g		きりたんぼ汁・ホキ照焼 ゆで野菜(きゅうり・わかめ) アレルギー対応フレンチクリーミードレッシング	鶏肉 ホキ照焼 わかめ	ふき、細竹、ぜんまい、ごぼう えのきたけ、人参、長ねぎ 干ししいたけ、きゅうり	米飯 きりたんぼ ドレッシング
25 木	米粉めん		しょうゆラーメン・アレルギー対応キャベツ入り平つくね 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・アレルギー対応小魚	豚肉、なると キャベツ入り平つ くね 小魚	白菜、長ねぎ もやし、メンマ キャベツ、人参	米粉めん ドレッシング
26 金	米飯250g		秋の香りのカレー・ゆで野菜(きゅうり・わかめ) アレルギー対応イタリアンドレッシング スライスりんご	豚肉 豆乳 わかめ	玉ねぎ、人参 しめじ、きゅうり りんご	米飯 さつまいも ドレッシング
29 月	米飯230g		せんぎり汁・さば煮魚 春雨サラダ・エッグフリーマヨネーズ	ひじき、油揚げ さば煮魚	キャベツ、人参 長ねぎ、切干大根 きゅうり	米飯、春雨 マヨネーズソー ス
30 火	米粉パン		ミネストローネ アレルギー対応鶏肉の米粉パン粉フライ(塩味) コーンクリームポテト	ポークフランク 白いんげん豆 鶏肉の米粉パン粉フ ライ	玉ねぎ、大根、人参 トマト、コーン	米粉パン じゃがいも マヨネーズソー ス
31 水	米飯230g		小松菜のみそ汁・アレルギー対応チキンハンバーグ 竹の子と豚肉の中華炒め・カットりんご	油揚げ、豚肉 チキンハンバーグ	小松菜、人参、しめじ 長ねぎ、竹の子 干ししいたけ、りんご	米飯 ごま油、ごま

- ◆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。