

中学校

青森市小学校給食センター

平成30年度 3月分

食物アレルギー対応食 学校給食献立一覧表

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 金	米飯230g		小松菜のみそ汁 あじ塩焼 肉じゃが煮 ピーチフレッシュゼリー	豆腐 豚肉 あじ塩焼	小松菜、人参 長ねぎ、玉ねぎ 干しいたけ	米飯 じゃがいも ピーチゼリー (こんにゃく)
4 月	米飯230g		わかめスープ 彩り野菜豆腐 豚肉と豆の炒め物	わかめ、豆腐 豚肉、大豆 彩り野菜豆腐	人参、竹の子 長ねぎ、玉ねぎ キャベツ	米飯
5 火	米粉食パン		ウィンナーと野菜のスープ アレルギー対応チキンハンバーグ キャベツとベーコンの炒め物 りんごジャム	ウィンナー チキンハンバーグ ベーコン	グリーンピース、コーン 人参、キャベツ	米粉食パン りんごジャム
6 水	米飯230g		ざくざく汁・さば照焼 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 アレルギー対応大豆小魚	鶏肉、豆腐 さば照焼 大豆、小魚	大根、人参 ごぼう、しょうが キャベツ	米飯、里芋 ドレッシング (こんにゃく)
7 木	米粉麺		なめこうどん アレルギー対応野菜入りかまぼこ ごぼうとひき肉の炒め物 アレルギー対応プリン	鶏肉、油揚げ 豚ひき肉 野菜入りかまぼこ	人参、長ねぎ ごぼう、枝豆 なめこ	米粉麺 プリン
8 金	米飯250g		ハヤシライス ゆで野菜(キャベツ、わかめ) アレルギー対応イタリアンドレッシング パイン缶	豚肉 わかめ	玉ねぎ、人参 キャベツ、マッシュルーム パイン	米飯 じゃがいも
11 月	米飯230g		つくね汁 アレルギー対応鶏の生姜焼 ひじきの炒め物 みかんゼリー	魚のすり身ボール ひじき、豚肉 鶏肉の生姜焼	大根、ごぼう 人参、長ねぎ 枝豆	米飯 みかんゼリー
14 木	米粉麺		みそラーメン 揚げ米粉ギョウザ ゆで野菜(小松菜、コーン) アレルギー対応和風ドレッシング・黒糖大豆	豚肉、なると わかめ 米粉ギョウザ 大豆	もやし、人参、長ねぎ メンマ、しょうが にんにく、小松菜、コーン	米粉麺 ドレッシング ごま油
15 金	米飯230g		米粉ラザニア入りスープ さわら照焼 ふきの炒め物	鶏肉、油揚げ さわら照焼 ちくわ	人参、長ねぎ、ごぼう しょうが、ふき 干しいたけ	米飯 米粉ラザニア
18 月	米飯230g		石狩汁 アレルギー対応たれ付つくね棒 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	鮭、豆腐 つくね棒	大根、人参 長ねぎ、もやし きゅうり	米飯 じゃがいも ドレッシング
19 火	米粉食パン		和風ポトフ アレルギー対応ハンバーグ 米粉ラザニアベスコート 市産カシスジャム	ソーセージステーキ ソーセージステーキ	人参、長ねぎ、ごぼう しょうが、竹の子 ピーマン	米粉食パン ラザニア カシスジャム
20 水	米飯230g		トックスープ アレルギー対応ソーセージステーキ チンジャオロース	豚ひき肉、豚肉 ソーセージステーキ	チンゲン菜、人参 長ねぎ、にんにく しょうが、竹の子 ピーマン	米飯 トック ごま油
22 金	米飯230g		ごまみそ汁 白身魚塩焼 切干大根の炒め物 カットりんご	豆腐、豚肉 ちくわ 白身魚塩焼	人参、長ねぎ 切干大根、干しいたけ りんご	米飯 ごま
25 月	米飯250g		ビビンバ 焼き米粉ギョウザ 黄桃入り豆乳カットデザート	豚肉 米粉ギョウザ	もやし、人参、白菜 ほうれん草、竹の子 切干大根、にんにく 黄桃	米飯 ごま油 豆乳デザート

◆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。