

食物アレルギー対応食 学校給食献立一覧表

平成30年度 8・9月分

青森市小学校給食センター

実施日	献立	献立			主に体の組織をつくる食品群	主に体の腸子を整える食品群	主にエネルギーとなる食品群
		主食	飲み物	おかず類			
27 月	米飯230g			ピリ辛みそ汁・アレルギー対応さば味噌煮 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	豚肉、豆腐 さば味噌煮 わかめ	切干大根、長ねぎ 白菜キムチ、人参 にんにく、きゅうり	米飯 ドレッシング
28 火	米粉食パン			コンソメスープ・アレルギー対応鶏肉の米パン粉フライ ゆで野菜(キャベツ・きゅうり)・エッグフリーマヨネーズ りんごジャム	豚肉 鶏肉の米パン粉フライ	玉ねぎ、人参 もやし、干しいたけ キャベツ、きゅうり	米粉パン 米油 マヨネーズソース りんごジャム
29 水	米飯230g			じゃが芋とわかめのみそ汁・キャベツ入り平つくね 野菜たっぷりビーフン炒め	わかめ、油揚 キャベツ入り平つくね 豚肉	人参、長ねぎ キャベツ、玉ねぎ ピーマン	米飯 じゃがいも ビーフン
30 木	米飯230g			米粉ギョウザスープ・マーボーなす・ミニトマト(3こ) アレルギー対応プリン	米粉ギョウザ 豚挽肉	小松菜、もやし 人参、なす、ピーマン にんにく、しょうが ミニトマト	米飯 ごま油、春雨 プリン
31 金	米飯250g			カレー丼・アレルギー対応チキンハンバーグ ゆで野菜(キャベツ・人参)・アレルギー対応フレンチドレッシング	豚肉、豆乳 チキンハンバーグ	玉ねぎ、人参 キャベツ	米飯 じゃがいも ドレッシング
3 月	米飯230g			ごまみそ汁・ます塩焼 もやしとほうれん草のおひたし(しょうゆ)・ぶどうゼリー	厚揚げ、豚肉 ます塩焼	人参、長ねぎ 干しいたけ もやし、ほうれん草	米飯 ごま ぶどうゼリー
4 火	米粉パン			ミネストローネ・アレルギー対応ポテト付きささみカツ ゆでキャベツ・バックソース	ポークフランスフル ト 大豆、ささみカツ	玉ねぎ、大根、人参 マッシュルーム トマト、キャベツ	米粉パン じゃがいも 米油
5 水	米飯250g			ハッシュドポーク・チャーメンサラダ(揚げ米粉麺、もやし、人参) アレルギー対応和風ドレッシング	豚肉	玉ねぎ、ピーマン マッシュルーム、人参 もやし	米飯 米粉麺 ドレッシング
6 木	米飯230g			豚汁・赤魚塩焼・切干大根炒め	豚肉、高野豆腐 赤魚塩焼、油揚	人参、ごぼう 干しいたけ 切干大根	米飯 じゃがいも (こんにゃく)
7 金	米飯250g			中華丼・アレルギー対応野菜入りかまぼこ りんご入りフルーツポンチ・アレルギー対応小魚	豚肉、いか なると、小魚 野菜入りかまぼこ	白菜、人参、たけのこ 干しいたけ、りんご もも、パイナップル、みかん	米飯 ごま油 ごま
10 月	米飯230g			カレースープ・アレルギー対応ソーセージステーキ ゆで野菜(いんげん・人参) アレルギー対応コーンクリームドレッシング	鶏肉 ソーセージステーキ	玉ねぎ、人参 さやいんげん	米飯 じゃがいも ドレッシング
11 火	米粉パン			トマトスープ・アレルギー対応鶏肉の米パン粉フライ ゆで野菜(キャベツ、コーン) アレルギー対応フレンチドレッシング	鶏肉 鶏肉の米パン粉フライ	玉ねぎ、人参 トマト、マッシュルーム パセリ、キャベツ コーン	米粉パン じゃがいも 米油 ドレッシング
12 水	米飯230g			小松菜のみそ汁・ほっけ塩焼・★ごんざ	豆腐、大豆 ほっけ塩焼 がんもどき、鶏肉	小松菜、人参 干しいたけ、長ねぎ 大根	米飯 (こんにゃく)
13 木	米飯230g			米粉すいとん・アレルギー対応つくね棒 キャベツと豚肉の炒め物・アレルギー対応パンナコッタ	鶏肉、油揚 たれ付きつくね棒 豚肉 豆乳パンナコッタ	人参、長ねぎ ごぼう、キャベツ 玉ねぎ	米飯 トック
14 金	米飯230g			五目中華スープ・アレルギー対応チキンハンバーグ 春雨サラダ(春雨・きゅうり・人参) アレルギー対応和風ドレッシング	豚肉、なると たれ付きチキンハン バーグ	白菜、人参、小松菜 干しいたけ、しょうが きゅうり	米飯 春雨 ドレッシング
21 金	米飯250g			キーマカレー ゆで野菜(ミックスベジタブル) アレルギー対応イタリアンドレッシング・和梨ゼリー	豚挽肉、大豆 豆乳	玉ねぎ、人参、枝豆 グリーンピース、コーン	米飯 ドレッシング 和梨ゼリー
25 火	米粉パン			チキンボールのコンソメスープ・手作りポテトコロッケ ゆで野菜(大根・人参)・アレルギー対応和風ドレッシング	チキンボール 大豆	もやし、玉ねぎ 人参、白菜 大根	米粉パン じゃがいも 米油 ドレッシング
26 水	米飯250g			マーボー豆腐・焼き米粉ギョウザ(2こ) ゼリー入りフルーツポンチ	豚挽肉、豆腐 米粉ギョウザ	人参、長ねぎ、キャベツ にんにく、しょうが もも、パイナップル、みかん	米飯 ごま油 米油 アセロラジュレ
27 木	米飯230g			なめこ汁・キャベツ入り平つくね・豚肉と野菜の炒め物	豆腐、油揚 キャベツ入り平つく ね 豚肉	なめこ、長ねぎ キャベツ、人参 ピーマン、玉ねぎ	米飯

◆予定献立から変更があった箇所には下線をひいています。

◆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。