



# 食物アレルギー対応食 こんだてのおしら

単独給食実施

◆◆青森市小学校給食センター◆◆

実施日	こんだて			おもにエネルギーのもとになる食品	おもに体をつくる食品	おもに体の調子をととのえる食品	ひとこと
	主食	のみもの	おかずのい				
10 (火)	ごはん		こんぶとしめじのスープ、アレルギー対応たれ付きチキンハンバーグ ゆで野菜(切り干し大根、ほうれん草、にんじん)、アレルギー対応風ドレッシング	ごはん でんぶ ドレッシング	すきこんぶ とうふ チキンハンバーグ	ぶなしめじ にんじん 長ねぎ 干しいだけ 切り干し大根 ほうれん草	 入学・進級 おめでとございます
11 (水)	ごはん		豆腐と小松菜のみそ汁、さけの塩焼き ふきの炒め物	ごはん 米粉ラザニア さとう こめ油	とうふ みそ さけの塩焼き 油あげ	小松菜 長ねぎ ふき にんじん	<b>こんだての名前について</b>
12 (木)	ごはん		中華丼煮、アレルギー対応たれ付きつくね棒 豚肉ともやしの炒め物	ごはん でんぶ ごま油	ぶた肉 ぼたて なると いか かまぼこ つくね	はくさい にんじん 干しいだけ もやし しょうが にんにく ざやいんげん	アレルギー対応食では、肉・魚の加工品やパックマヨネーズ・ドレッシング類を使用しています。
13 (金)	米粉パン		春野菜のシチュー、アレルギー対応ソーセージステーキ ミニトマト(2個)・りんごジャム	米粉パン こめ油 りんごジャム じゃがいも	ベーコン 豆乳 ソーセージステーキ	キャベツ たまねぎ アスパラガス にんじん ミニトマト	
16 (月)	ごはん		なめこと大根のみそ汁、アレルギー対応キャベツ入り平つくね 白菜とにんじんのおひたし(しょうゆ)	ごはん じゃがいも	油あげ 平つくね	なめこ だいこん にんじん 長ねぎ はくさい にんじん	これらの加工品については、[米粉〇〇]、[米粉パン〇〇]、[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でご案内しています。
17 (火)	ごはん		たこボールのすまし汁、ちらし寿司の具 米粉のカップケーキ(いちご味)	ごはん 米粉ラザニア さとう 米粉カップケーキ	たこボール とうふ かまぼこ 油あげ	にんじん 長ねぎ 細竹 れんこん 干しいだけ	すべて7大アレルゲン不使用なので、安心して食べてください。
18 (水)	米粉麺		みそラーメン、鶏肉の米粉パン粉フライ キャベツときゅうりのサラダ、アレルギー対応パックマヨネーズ	米粉めん 白いりごま ごま油 こめ油 マヨネーズソース	ぶた肉 わかめ みそ とり肉の米粉パン粉フライ	もやし にんじん 長ねぎ メンマ しょうが にんにく キャベツ きゅうり	今月の青森産品
19 (木)	ごはん	りんごジュース	きりたんぼ汁、さわらのごまみそ焼き ゆで野菜(ほうれん草、もやし)、アレルギー対応風ドレッシング	ごはん きりたんぼ ドレッシング	とり肉 さわらのごまみそ焼き	りんごジュース 大根 にんじん 長ねぎ 干しいだけ ほうれん草 もやし	《青森市産》 米(つがるロマン) 《青森県産》 県産りんごジャム 県産ほたて
20 (金)	米粉パン		もやしとアレルギー対応フランクのコンソメスープ アレルギー対応鶏肉のしょうが焼き、米粉マカロニと野菜のデミグラスソース煮	米粉パン 米粉マカロニ さとう	ポークフランク とり肉の生姜焼き 大豆 白いんげん豆 きんととき豆 青大豆	もやし にんじん 長ねぎ たまねぎ トマト	今月の青森産品
23 (月)	ごはん		ポークカレー、ひじきのサラダ アレルギー対応フレンチクリームドレッシング、アレルギー対応プリン	ごはん こめ油 じゃがいも ドレッシング プリン	ぶた肉 豆乳 ひじき	たまねぎ にんじん アップルソース きゅうり コーン	今月の青森産品
24 (火)	ごはん		豆腐と肉だんごのみそ汁、筑前煮 アレルギー対応おかかふりかけ、みかんゼリー	ごはん 三温糖 みかんゼリー	チキンボール とうふ みそ とり肉 おかかふりかけ	にんじん 長ねぎ しめじ こんにやく だけのこれんこん きぬさや	今月の青森産品
25 (水)	米粉麺		きつねうどん、ポテトのトマトソース煮 キャベツとコーンのカレー炒め	米粉めん じゃがいも こめ油	油あげ かまぼこ ぶた肉	にんじん 長ねぎ トマト キャベツ たまねぎ コーン にんにく	今月の青森産品
26 (木)	ごはん		春雨の中華スープ、炒めピピンパッ アレルギー対応大豆小魚	ごはん 春雨 さとう ごま油	なると ぶたひき肉 みそ 大豆小魚	チンゲン菜 にんじん 長ねぎ 干しいだけ ほうれん草 もやし ぼうぜんまい 白菜キムチ	今月の青森産品
27 (金)	米粉パン		たまご風コンソメスープ、アレルギー対応白身魚のフライ レタスときゅうりのサラダ、パックソース	米粉パン こめ油	大豆フレーク ホキ米粉カツ	キャベツ にんじん たまねぎ えのきたけ レタス きゅうり	今月の青森産品

- ◆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。

- ◆こんだて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。

### 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4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。

### 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、今年は7名の調理員が作っています。

クラスみんなと一緒に、給食時間を楽しんでくださいね。

