

食物アレルギー対応食 学校給食献立一覧表

令和元年度 5月分

青森市小学校給食センター

実施日	献立			主に体の組織をつくる食品群	主に体の働きを整える食品群	主にエネルギーとなる食品群
	主食	飲み物	おかず類			
7 火	米粉食パン		ミネストローネ・アレルギー対応ポークウインナー(2個) ゆで野菜(アスパラガス・人参) アレルギー対応イタリアンドレッシング	ベーコン 大豆 ポークウインナー	玉ねぎ 大豆 人参 アスパラガス	米粉食パン ドレッシング
8 水	米飯250g		豚すき丼・アレルギー対応焼き米粉ギョウザ 白玉入りフルーツポンチ アレルギー対応黒糖大豆	豚肉 米粉ギョウザ 大豆	玉ねぎ、しめじ 人参、長ねぎ もも、パイン、みかん	米飯 (ごんにやく) 米油 白玉もち
9 木	米粉麺		肉野菜うどん・アレルギー対応彩り野菜豆腐 ゆで野菜(キャベツ・コーン) 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	豚肉 彩り野菜豆腐	玉ねぎ、人参 長ねぎ、干しいたけ 小松菜、キャベツ コーン	米粉麺 ドレッシング プリン
10 金	米飯230g		せんぎり汁・赤魚塩焼・ゆで野菜(小松菜・人参) アレルギー対応フレンチクリーミードレッシング アレルギー対応ふりかけ(のり)	ひじき 赤魚塩焼	キャベツ 人参 切干大根 小松菜	米飯 ドレッシング
13 月	米飯230g		豆腐とわかめのみそ汁 白身魚照焼 ひき肉とじゃがいもの炒め物	わかめ 豆腐 白身魚照焼 豚ひき肉	人参、長ねぎ 干しいたけ しょうが 玉ねぎ	米飯 じゃがいも
14 火	米粉食パン		クラムチャウダー アレルギー対応チキンハンバーグ・ゆで野菜(きゅうり・コーン) アレルギー対応フレンチドレッシング	あさり 鶏肉 豆乳 チキンハンバーグ	にんにく マッシュルーム 玉ねぎ、人参 きゅうり、コーン	米粉食パン じゃがいも ドレッシング
15 水	米飯230g		豚汁 白身魚塩焼 ふきの炒め物	豚肉 油揚げ 白身魚塩焼	人参 長ねぎ ぶき	米飯 じゃがいも (ごんにやく)
16 木	米粉麺		みそラーメン・手作りポテトコロック せんキャベツ・ソース アレルギー対応黒糖大豆	豚肉 なると 大豆	もやし、人参 長ねぎ、しょうが にんにく、玉ねぎ キャベツ	米粉麺 ごま油 じゃがいも 米油
17 金	米飯250g	りんごジュース	ハヤシライス・チャーメンサラダ(揚げ米粉麺・レタス・きゅうり) アレルギー対応フレンチクリーミードレッシング アップルシャーベット	豚肉	玉ねぎ、マッシュルーム 人参、きゅうり レタス、りんご りんごジュース	米飯 じゃがいも 米粉麺 ドレッシング
20 月	米飯230g		山菜みそ汁・さば煮付 ゆで野菜(小松菜・人参) アレルギー対応和風ドレッシング	高野豆腐 さば煮付	ふき、細竹、ぜんまい えのきたけ、人参 長ねぎ、小松菜 しょうが	米飯 ドレッシング
21 火	米粉食パン		米粉ラザニア入りスープ・アレルギー対応ポテト付きささみカツ せんキャベツ・エッグフリーマヨネーズ いちごジャム	豚肉 ポテト付きささみカツ	小松菜 もやし 人参 キャベツ	米粉食パン、米油 米粉ラザニア マヨネーズソース いちごジャム
22 水	米飯230g		じゃがいものみそ汁 アレルギー対応ソーセージステーキ 切干大根の炒め物	わかめ 豆腐 ソーセージステーキ 油揚げ	人参 玉ねぎ 切干大根	米飯 じゃがいも
23 木	米粉麺		なめこうどん・アレルギー対応海鮮ハンバーグ 大根のそぼろ煮 アレルギー対応のカップケーキ(メープル味)	豚肉 油揚げ 海鮮ハンバーグ 豚ひき肉	なめこ、人参 長ねぎ 干しいたけ 大根	米粉麺 米粉のカップケーキ
24 金	米飯230g		ごまみそ汁・アレルギー対応さばみそ煮 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	豚肉 豆腐 さばみそ煮	人参、干しいたけ 長ねぎ キャベツ	米飯、ごま ドレッシング
27 月	米飯230g		切干大根のみそ汁 あじ塩焼 肉じゃが	豆腐 あじ塩焼 豚肉	切干大根 人参 いんげん 玉ねぎ	米飯 じゃがいも (ごんにやく)
28 火	米粉パン		コンソメスープ アレルギー対応ポークウインナー(2個) ミートソース米粉マカロニ	豚肉 ポークウインナー 豚ひき肉 大豆	玉ねぎ、人参 もやし、干しいたけ パセリ ピーマン	米粉パン 米粉マカロニ
29 水	米飯230g		わかめとつみれのすまし汁・手作りチキン照焼 油揚げとメンマの炒め物 アレルギー対応おかかふりかけ	たこボール わかめ、豆腐 鶏肉 油揚げ	人参 長ねぎ にんにく メンマ	米飯 (ごんにやく)
30 木	米粉麺		しょうゆラーメン アレルギー対応ポテト付きささみカツ れんこんの炒め物	豚肉 なると ポテト付きささみカツ 豚肉	人参、長ねぎ もやし メンマ れんこん	米粉麺
31 金	米飯250g		マーボー丼 焼き米粉ギョウザ(2個) ゼリー入りフルーツポンチ	豆腐 豚ひき肉 大豆 米粉ギョウザ	長ねぎ、キャベツ 人参、にんにく しょうが もも、パイン、みかん	米飯 ごま油 マスカットゼリー

◆調味料は全てアレルギー対応のものを使っています。

◆献立は都合により変更することがあります。

◆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。

◆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。