

食物アレルギー対応食 学校給食献立一覧表

令和元年度 6月分

青森市小学校給食センター

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			
3 月	米飯230g		枝豆入りポールスープ・アレルギー対応ハンバーグ ゆで野菜（キャベツ、わかめ）・アレルギー対応フレンチドレッシング アレルギー対応ふりかけ（のり）	枝豆入りすりみポール 豆腐、ハンバーグ 茎わかめ	小松菜、人参、もやし キャベツ	米飯 ドレッシング
4 火	米粉食パン		ミネストローネ・アレルギー対応ソーセージステーキ・粉ふきいも	ポークフランクフルト ソーセージステーキ 大豆	玉ねぎ、大根、人参	米粉食パン じゃがいも
5 水	米飯230g		きりたんぼ汁・アレルギー対応さばみそ煮 小松菜ともやしのおひだし（しょうゆ）・アレルギー対応ごま付小魚	鶏肉 さば味噌煮 ごま、小魚	人参、大根 しろねぎ、干しいたけ 小松菜、もやし	ご飯 きりたんぼ
6 木	米飯230g		米粉ラザニア入りスープ・手作りメンチカツ・せんキャベツ・ソース・アレルギー対応プリン	豚肉 手作りメンチカツ 大豆	人参、キャベツ、小松菜 もやし	米飯 米粉ラザニア 米油 プリン
7 金	米飯250g		ハッシュドポーク・ゆで野菜（きゅうり、人参）・アレルギー対応和風ドレッシング・パイナップル缶	豚肉	玉ねぎ、マッシュルーム、パイナップル 人参、きゅうり	米飯 ドレッシング
10 月	米飯230g		豚汁・ます塩焼・ふきの炒め物	豚肉 油揚げ ます塩焼	人参、キャベツ、ふき	米飯 （こんにゃく） じゃがいも
11 火	米粉食パン		コーンポタージュ・アレルギー対応ポテト付きささみカツ・ミニトマト（3個）	鶏肉 豆腐 ポテト付きささみカツ	コーン、人参、パセリ トマト、玉ねぎ	米粉食パン じゃがいも 米油
12 水	米飯230g		たけのこ豆腐のすまし汁・アレルギー対応五目野菜の肉団子（2個）・ならえ	豆腐、 五目野菜の肉団子 油揚げ	細竹、人参、しろねぎ ごぼう、大根、れんこん	米飯 （こんにゃく）
13 木	米飯230g		ピリ辛みそ汁・キャベツ入り平つくね・ゆで野菜（チンゲン菜・人参） アレルギー対応和風ドレッシング	豚ひき肉 豆腐 キャベツ入り平つくね	キャベツ、人参 チンゲン菜	米飯 ドレッシング
14 金	米飯230g		中華スープ・白身魚塩焼・生野菜（レタス、きゅうり） エッグフリーマヨネーズ・アレルギー対応ごま付小魚	豚肉 白身魚塩焼 小魚 豆腐	人参、白菜 レタス、きゅうり	米飯 マヨネーズソース ごま油 ごま
21 金	米飯250g		中華丼・焼き米粉ギョウザ・黄桃入り豆乳ゼリー	豚肉 いかに なるこ 米粉ギョウザ	しょうが、はくさい、人参 竹の子、黄桃、干しいたけ	米飯 豆乳デザート 米油
24 月	米飯230g		なめこのみそ汁・ほっけ塩焼・れんこんきんぴら・りんごゼリー	豆腐 油揚げ ほっけ塩焼 豚肉	なめこ、しろねぎ れんこん、人参	米飯 ごま りんごゼリー
25 火	米粉パン	りんごジュース	かぼちゃのポタージュ・アレルギー対応ポークウインナー（2個） ゆで野菜（ミックスベジタブル） アレルギー対応コーンクリーミードレッシング	鶏肉 豆腐 ポークウインナー	かぼちゃ、玉ねぎ マッシュルーム パセリ、コーン 人参、グリーンピース りんごジュース	米粉パン ドレッシング
26 水	米飯230g		キムチスープ・手作りチキン照焼・ゆで野菜（チンゲン菜、人参） アレルギー対応イタリアンドレッシング	鶏肉 豚肉 豆腐	玉ねぎ、にら 白菜キムチ、チンゲン菜 にんにく	米飯
27 木	米飯230g		じゃがいものみそ汁・手作り白身魚フライ・ゆで野菜（キャベツ、コーン） アレルギー対応フレンチクリーミードレッシング・りんごことカシスのゼリー	油揚げ 豆腐 白身魚フライ	さやいんげん、しろねぎ にんじん、キャベツ コーン、りんごことカシスのゼリー	米飯 じゃがいも 米油 ドレッシング
28 金	米飯250g		ポークカレー・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ドレッシング	豚肉 豆腐	玉ねぎ、にんじん レタス、きゅうり	米飯、米油 じゃがいも 米粉ラザニア ドレッシング 米粉麺

◆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。