

食物アレルギー対応食 学校給食献立一覧表

令和元年度7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 月	米飯230g		けんちん汁 さばみそ煮(缶) みずの炒め物 アレルギー対応のりふりかけ	鶏肉、豆腐 さばみそ煮 油揚げ	大根、人参 みず	米飯
2 火	米粉食パン		じゃがいものクリーム煮・ソーセージステーキ ゆで野菜(きゅうり・わかめ) アレルギー対応イタリアンドレッシング 市産カシスジャム	ベーコン 豆乳、わかめ ソーセージステーキ	玉ねぎ、コーン 人参、きゅうり	米粉食パン じゃがいも ドレッシング カシスジャム
3 水	米飯230g		たこボールのみそ汁 あじ塩焼 はっすん	たこボール あじ塩焼 鶏肉、豆腐	ほうれん草、人参 長ねぎ、ごぼう	米飯 里芋 (ごんにゃく)
4 木	米飯250g		マーボー丼 アレルギー対応海鮮ハンバーグ 豆乳デザート入りフルーツポンチ	豆腐、豚ひき肉 海鮮ハンバーグ	長ねぎ、キャベツ 人参、にんにく しょうが、もも みかん、パイナップル	米飯 ごま油 豆乳デザート
5 金	米飯230g		根菜のみそ汁 アレルギー対応ポテト付きささみカツ せんきゃべつ・ソース 七夕デザート	鶏肉、油揚げ ポテト付きささみカツ	人参、長ねぎ ごぼう、キャベツ	米飯 じゃがいも 米油 七夕デザート
8 月	米飯230g		五目中華スープ アレルギー対応ハンバーグ なすの辛子みそ炒め	豆腐、豚ひき肉 ハンバーグ	もやし、人参 竹の子、なす 長ねぎ、にんにく しょうが	米飯 ごま油
9 火	米粉食パン		かぼちゃのポタージュ 手作り照焼チキン せんきゃべつ・エッグフリーマヨネーズソース	鶏肉、豆乳	かぼちゃ、玉ねぎ マッシュルーム にんにく、キャベツ	米粉食パン マヨネーズ
10 水	米飯230g		じゃがいものみそ汁 白身魚塩焼 ゆで野菜(大根・人参)・アレルギー対応和風ドレッシング アレルギー対応黒糖大豆	豆腐、わかめ 白身魚塩焼 大豆	人参、玉ねぎ 大根	米飯 じゃがいも ドレッシング
11 木	米飯230g		米粉ラザニア入りスープ チンジャオロースー ミニトマト(3個) 果肉入りりんごゼリー	豚肉	小松菜、玉ねぎ 人参、にんにく しょうが、竹の子 もやし、ピーマン ミニトマト	米飯、ごま油 米粉ラザニア 果肉入りりんごゼリー
12 金	米飯250g		ハッシュドボーク ツナサラダ(ツナ・小松菜・人参) アレルギー対応フレンチクリームドレッシング	豚肉 ツナ	玉ねぎ、人参 しめじ、小松菜	米飯 じゃがいも ドレッシング
16 火	米粉パン		ベーコンとポテトのスープ アレルギー対応チキンハンバーグ ラタトゥイユ	ベーコン チキンハンバーグ 鶏肉	人参、玉ねぎ なす、ピーマン トマト	米粉パン じゃがいも
17 水	米飯230g		トック入りスープ・白身魚みそ焼 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 みかんゼリー	豚肉 白身魚みそ焼	人参、長ねぎ ごぼう、チンゲン菜	米飯、トック ドレッシング みかんゼリー
18 木	米飯230g		つくね汁 手作りポテトコロッケ せんきゃべつ・ソース	チキンボール 大豆	チンゲン菜、ごぼう 人参、長ねぎ 玉ねぎ、キャベツ	米飯 じゃがいも 米油
19 金	米飯250g		フルコギ丼 米粉ギョウザ フルーツポンチ	豚肉 米粉ギョウザ	白菜、玉ねぎ 人参、チンゲン菜 にんにく、もも パイナップル、みかん	米飯、春雨 ごま油

◆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。