

食物アレルギー対応食 学校給食献立一覧表

令和元年度8・9月分

| 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  |                               |   |                               |
| 26 月 | 米飯250g |     | ビビンバ<br>アレルギー対応たれつきつくね棒<br>りんご入り豆乳ゼリー   | 豚肉<br>たれつきつくね棒                | もやし、人参<br>にんにく、しょうが<br>白菜キムチ、小松菜<br>竹の子、りんご         | 米飯<br>ごま油<br>豆乳デザート           |
| 27 火 | 米粉食パン  |     | コンソメスープ<br>アレルギー対応ポテト付きささみカツ<br>キャベツと油揚げの炒め物                                  | 豚肉<br>ポテト付きささみカツ<br>油揚げ       | 玉ねぎ、人参<br>もやし、キャベツ                                  | 米粉食パン<br>米油                   |
| 28 水 | 米飯230g |     | じゃがいものみそ汁<br>アレルギー対応鶏肉の生姜焼<br>いんげんの炒め物  | 油揚げ<br>鶏肉の生姜焼                 | 長ねぎ<br>いんげん<br>人参                                   | 米飯<br>じゃがいも                   |
| 29 木 | 米飯230g |     | 根菜汁<br>手作りポテトコロッケ・ごぼうとひき肉の炒め物<br>ピーチゼリー                                       | 鶏肉<br>大豆<br>豚ひき肉<br>油揚げ       | 大根、ごぼう<br>人参、長ねぎ<br>玉ねぎ、いんげん                        | 米飯<br>米油<br>じゃがいも<br>ピーチゼリー   |
| 30 金 | 米飯230g |     | なめこ汁<br>アレルギー対応いかフライ<br>たけのこと豚肉の炒め物   | 豆腐<br>油揚げ<br>いかフライ<br>豚肉      | なめこ<br>大根<br>竹の子<br>人参                              | 米飯<br>米油<br>(こんにゃく)           |
| 2 月  | 米飯230g |     | ピリ辛みそ汁・手作りさば照焼・ゆで野菜(ごぼう・人参)<br>アレルギー対応コンクリーミードレッシング<br>和梨ゼリー                  | 豚肉<br>豆腐<br>さば照焼              | 大根、長ねぎ<br>白菜キムチ、人参<br>にんにく、しょうが<br>ごぼう              | 米飯<br>ドレッシング<br>和梨ゼリー         |
| 3 火  | 米粉食パン  |     | 肉団子のスープ・アレルギー対応たら塩麹竜田揚げ<br>ゆで野菜(小松菜・人参)・エッグフリーマヨネーズ<br>アレルギー対応黒糖大豆            | チキンボール<br>たら塩麹竜田揚げ<br>大豆      | 小松菜、人参<br>干しいたけ<br>ごぼう                              | 米粉食パン<br>米油<br>春雨<br>マヨネーズソース |
| 4 水  | 米飯250g |     | ハヤシライス<br>ツナサラダ(ツナ、ほうれん草、人参)<br>アレルギー対応フレンチクリーミードレッシング                        | 豚肉<br>ツナ                      | 玉ねぎ<br>人参<br>ほうれん草                                  | 米飯<br>じゃがいも<br>ドレッシング         |
| 5 木  | 米飯230g |     | いももち汁・アレルギー対応さばみそ煮<br>もやしの炒め物<br>アレルギー対応のりふりかけ                                | 鶏肉<br>さばみそ煮<br>豚肉             | 人参、ごぼう<br>長ねぎ<br>干しいたけ<br>もやし                       | 米飯<br>いももち                    |
| 6 金  | 米飯230g |     | 米粉ギョウザスープ<br>マーボーなす<br>ミニトマト(3個)  | 米粉ギョウザ<br>豚ひき肉                | ほうれん草、えのきたけ<br>人参、長ねぎ、なす<br>ピーマン、にんにく<br>しょうが、ミニトマト | 米飯<br>米油<br>ごま油<br>春雨         |
| 9 月  | 米飯230g |     | チキンボールの中華スープ・ほっけ塩焼<br>ゆで野菜(ほうれん草・もやし)<br>アレルギー対応和風ドレッシング                      | チキンボール<br>豆腐<br>ほっけ塩焼         | 人参、ぶなしめじ<br>長ねぎ<br>ほうれん草<br>もやし                     | 米飯<br>ドレッシング                  |
| 10 火 | 米粉食パン  |     | アレルギー対応カラフルボールスープ<br>アレルギー対応ポテト付きささみカツ<br>チリコンカン・りんごジャム                       | つみれボール<br>ポテト付きささみカツ<br>豚ひき肉  | 人参、もやし<br>長ねぎ、干しいたけ<br>ほうれん草、にんにく<br>玉ねぎ、トマト        | 米粉食パン<br>米油<br>りんごジャム         |
| 11 水 | 米飯230g |     | 五目中華スープ・アレルギー対応鶏肉のマーマレード焼き<br>春雨サラダ<br>アレルギー対応和風ドレッシング                        | 豚肉<br>かまぼこ<br>鶏肉のマーマレード<br>焼き | 白菜、人参<br>ほうれん草、しょうが<br>干しいたけ<br>きゅうり                | 米飯<br>春雨<br>ドレッシング            |
| 12 木 | 米飯230g |     | 枝豆入り団子のみそ汁・アレルギー対応彩り野菜豆腐<br>生野菜(キャベツ・きゅうり)・アレルギー対応フレンチドレッシング<br>アレルギー対応ごま付き小魚 | 枝豆入りすりみボール<br>彩り野菜豆腐<br>小魚    | 大根、ごぼう<br>人参、長ねぎ<br>キャベツ、きゅうり                       | 米飯<br>ドレッシング<br>ごま            |
| 13 金 | 米飯250g |     | カレー丼・アレルギー対応海鮮ハンバーグ<br>野菜炒め<br>十五夜デザート  | 豆乳<br>海鮮ハンバーグ<br>ベーコン         | 玉ねぎ<br>人参<br>キャベツ<br>コーン                            | 米飯<br>じゃがいも<br>十五夜デザート        |
| 20 金 | 米飯230g |     | トックスープ<br>手作りさば煮魚<br>ひき肉とじゃがいもの炒め物  | 鶏肉<br>さば煮魚<br>豚ひき肉            | 人参<br>長ねぎ<br>ごぼう、しょうが<br>玉ねぎ                        | 米飯<br>トック<br>じゃがいも            |
| 24 火 | 米粉パン   |     | ミネストローネ・手作りかぼちゃコロッケ<br>ゆで野菜(わかめ・いんげん)<br>アレルギー対応イタリアンドレッシング                   | フランクフルト<br>大豆<br>わかめ          | 玉ねぎ、人参<br>トマト、かぼちゃ<br>いんげん、にんにく                     | 米粉パン<br>じゃがいも                 |
| 25 水 | 米飯230g |     | せんざり汁<br>手作り白身魚煮魚<br>ごぼうの炒め物  | ひじき<br>白身魚煮魚<br>鶏肉            | キャベツ、人参<br>長ねぎ、大根<br>しょうが<br>ごぼう                    | 米飯                            |
| 26 木 | 米飯250g |     | 豚すき丼<br>揚げ米粉ギョウザ<br>マンゴー入り豆乳ゼリー   | 豚肉<br>厚揚げ<br>米粉ギョウザ           | 玉ねぎ、長ねぎ<br>人参<br>白菜<br>マンゴー                         | 米飯<br>米油<br>豆乳デザート            |
| 30 月 | 米飯230g |     | 鶏肉と根菜のみそ汁・アレルギー対応ハンバーグ<br>もやしとわかめのおひたし(しょうゆ)<br>アレルギー対応プリン                    | 鶏肉<br>ハンバーグ<br>わかめ            | れんこん、ごぼう<br>人参<br>長ねぎ<br>もやし                        | 米飯<br>プリン                     |

◆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。

◆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。

◆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。