

食物アレルギー対応食 学校給食献立一覧表

令和元年度 1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			
15 水	米飯250g		ポークカレー ゆで野菜（小松菜、大根） アレルギー対応和風ドレッシング フルーツポンチ	豚肉 豆乳	玉ねぎ、人参 小松菜、大根 もも、パイナップル みかん	米飯 じゃがいも ドレッシング
16 木	米粉麺		塩ラーメン 手作りかぼちゃコロッケ ゆで野菜（ごぼう、にんじん） アレルギー対応コーンクリーミードレッシング 果肉入りりんごゼリー	豚肉 なると 大豆	もやし、キャベツ 長ねぎ、かぼちゃ 玉ねぎ、ごぼう 人参	米粉麺 ごま油 ドレッシング りんごゼリー
17 金	米飯230g		キャベツのみそ汁 焼き米粉ギョウザ（2個） ゆで野菜（いんげん、もやし） アレルギー対応和風ドレッシング アレルギー対応ふりかけ（おかか）	豆腐 油揚げ 米粉ギョウザ	キャベツ 人参 長ねぎ いんげん もやし	米飯 ドレッシング
20 月	米飯230g		根菜汁 ます塩焼 ちくわともやしの炒め物	鶏肉 油揚げ ます塩焼 ちくわ	大根 人参 長ねぎ いんげん もやし	米飯
21 火	米粉食パン		春雨スープ アレルギー対応ポテト付きささみカツ コーン入りマッシュポテト	豚肉 ポテト付きささみカツ	もやし 人参 メンマ 小松菜 コーン	米粉食パン 春雨 じゃがいも マヨネーズソース
22 水	米飯230g		さつま汁 アレルギー対応さば味噌煮 ひじきの炒め物	豚肉 油揚げ さば味噌煮 ひじき	ごぼう 人参 長ねぎ	米飯 さつまいも
23 木	米粉麺		きつねうどん アレルギー対応野菜入りかまぼこ ねりこみ アレルギー対応米粉のカップケーキ（メープル味）	鶏肉 油揚げ 野菜入りかまぼこ	人参、長ねぎ 大根、白菜 ごぼう	米粉麺 さつまいも 米粉のカップケーキ
24 金	米飯230g		けの汁 ほっけ塩焼 五目野菜炒め	油揚げ ほっけ塩焼 いか 豚肉	大根、人参、ごぼう らっきょう、ぜんまい にら、竹の子 干しいだけ	米飯 （こんにゃく）
27 月	米飯230g		五目野菜スープ アレルギー対応ハンバーグ じゃがいものオイスターソース炒め	豆腐 ハンバーグ 鶏肉	ほうれん草、人参 きくらげ、竹の子 にんにく、しょうが	米飯 じゃがいも ごま油
28 火	米粉パン		チキンボールスープ アレルギー対応ポークウィンナー（2個） ジャーマンポテト 給食週間デザート	チキンボール ベーコン ポークウィンナー	白菜 人参 長ねぎ 玉ねぎ	米粉パン 春雨、ごま油 じゃがいも 給食週間デザート
29 水	米飯250g		ピピンパ アレルギー対応五目野菜の肉団子 りんご入り豆乳デザート	豚肉 五目野菜の肉団子	もやし、人参 白菜、チンゲン菜 竹の子、にんにく りんご	米飯 ごま油 豆乳デザート
30 木	米粉麺		みそカレー豆乳ラーメン アレルギー対応海鮮ハンバーグ 野菜の炒め物	豚肉、なると わかめ、豆乳 海鮮ハンバーグ	もやし、人参 長ねぎ、メンマ キャベツ、玉ねぎ ピーマン、にんにく しょうが	米粉麺 ごま油
31 金	米飯230g		米粉ラザニアスープ アレルギー対応チキンハンバーグ ゆで野菜（大根、人参） アレルギー対応イタリアンドレッシング アレルギー対応黒糖大豆	チキンハンバーグ 黒糖大豆	チンゲン菜 えのきたけ 長ねぎ、人参 大根	米飯、ラザニア

◆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。