

青森市のアレルギー対応食は『えび・かに・乳・小麦・そば・卵・落花生(ピーナッツ)・やまいも』を全て使用しないこんだてです。

4月 食物アレルギー対応食 こんだてのおしらせ

単独給食実施校

◆◆青森市小学校給食センター◆◆

実施日	こんだて			おもにエネルギーのもとになる食品	おもに体をつくる食品	おもに体の調子をととのえる食品	ひとこと
	主食	のみもの	おかずのい				
10 (月)	ごはん		なめこのみそ汁・アレルギー対応ソーセージステーキ ひじきとえだ豆の炒め物	ごはん さとう、サラダ油	とうふ、みそ ソーセージステーキ ひじき、油あげ	なめこ、白菜、にんじん 長ねぎ、えだ豆 こんにゃく	<p>こんだて名について</p> <p>アレルギー対応食では、肉・魚の加工品やパックマヨネーズ・ドレッシング類を使用しています。 これらの加工品については、[米粉〇〇]、[アレルギー対応〇〇]のように、アレルギー対応食品であることがわかる名前でご記載しています。 全てアレルギー8品目未使用ですので、安心して食べてください。</p> <p>おめでとー</p> <p>返し方のやくそくをまもってね!</p> <p>①食べ残したごはんやおかずは、元の容器にもどす。 ②牛乳を飲んでいる人は、中身や容器をボックスには絶対に入れないこと。 (飲み残した牛乳は一般の汁食缶に入れる)</p> <p>今月の青森産品</p> <p>「青森市産」 米(まっしぐら) 「青森県産」 アップルソース りんごジュース りんごジャム</p>
11 (火)	ごはん		あさりと小松菜のみそ汁 アレルギー対応照り焼きハンバーグ・切り干し大根の炒め物	ごはん さとう サラダ油	あさり、とうふ、油あげ 照り焼きハンバーグ ちくわ、みそ	小松菜、にんじん 長ねぎ、切り干し大根 干しいたけ	
12 (水)	ごはん		春雨スープ・手作りメンチカツ ゆで野菜(キャベツ、にんじん)・アレルギー対応和風ドレッシング	ごはん、でんぷん コーンフレーク 春雨、ドレッシング ごま油、サラダ油	とり肉 ハンバーグ	もやし、チンゲン菜 にんじん、キャベツ	
13 (木)	ごはん		たこボールと豆腐のすまし汁・アレルギー対応五目野菜の肉団子 ちらし寿司の具・いちごゼリー	ごはん、さとう サラダ油 ゼリー	たこボール、とうふ 五目野菜の肉だんご とり肉、油あげ	にんじん、しめじ 長ねぎ、えだ豆 れんこん、干しいたけ	
14 (金)	米粉食パン		コーンポタージュ・米粉マカロニミートソース炒め アレルギー対応豆乳パンナコッタ	米粉食パン さとう 米粉マカロニ パンナコッタ	ベーコン、豆乳 ぶたひき肉、大豆	コーン、にんじん 玉ねぎ、パセリ マッシュルーム、トマト	
17 (月)	ごはん	りんごジュース	いももち汁 豚肉とコーンの甘辛炒め・アレルギー対応黒糖大豆	ごはん、いももち さとう、サラダ油	とり肉、油あげ ぶた肉、黒とう大豆	にんじん、大根、ごぼう 長ねぎ、コーン、玉ねぎ こんにゃく りんごジュース	
18 (火)	ごはん		ポークカレー フルーツ入り豆乳デザート	ごはん じゃがいも サラダ油 豆乳デザート	ぶた肉 豆乳	にんじん、玉ねぎ アップルソース パイナップル	
19 (水)	ごはん		若竹みそ汁・米粉ギョウザ(2こ) ふきの炒め物・アレルギー対応おかかふりかけ	ごはん さとう、サラダ油 ふりかけ	ぶた肉、わかめ とうふ、油あげ みそ、米粉ギョウザ	細竹、にんじん ふき、こんにゃく	
20 (木)	米粉めん		みそラーメン・手作りかぼちゃコロッケ ゆで野菜(ほうれん草、にんじん) アレルギー対応コーンクリームドレッシング	米粉めん、でんぷん サラダ油、さとう ごま、コーンフレーク ごま油、ドレッシング	ぶた肉 わかめ、みそ	長ねぎ、もやし、メンマ にんじん、にんにく しょうが、かぼちゃ 玉ねぎ、ほうれん草	
21 (金)	米粉食パン		ミネストローネ・アレルギー対応チキンハンバーグ ゆで野菜(いんげん、コーン) アレルギー対応マヨネーズソース・県産りんごジャム	米粉食パン、さとう 米粉マカロニ じゃがいも、ジャム マヨネーズソース	ベーコン、大豆 チキンハンバーグ	玉ねぎ、キャベツ トマト、パセリ いんげん、コーン	
24 (月)	ごはん		豆腐のみそ汁 豚キムチ丼の具	ごはん さとう	とり肉、とうふ みそ、ぶた肉 あつあげ	干しいたけ、にんじん もやし、にら、玉ねぎ 白菜、切り干し大根 にんにく、しょうが	
25 (火)	ごはん		わかめスープ チンジャオロースー・みかんゼリー	ごはん、ごま ごま油 でんぷん、ゼリー	とうふ、わかめ ぶた肉	にんじん、長ねぎ コーン、干しいたけ 竹の子、ピーマン にんにく、しょうが	
26 (水)	ごはん		さつま汁・アレルギー対応ポテト付きささみカツ ゆで野菜(大根、きゅうり) アレルギー対応イタリアンドレッシング	ごはん、さつまいも サラダ油 ドレッシング	ぶた肉 油あげ、みそ ポテト付きささみカツ	にんじん、こんにゃく 長ねぎ、大根 きゅうり	
27 (木)	ごはん		きりたんぼ汁・手作りホキ煮魚 きんぴらごぼう	ごはん、さとう きりたんぼ ごま、サラダ油	とり肉、油あげ ホキ、ぶた肉	大根、にんじん 干しいたけ、長ねぎ しょうが、ごぼう こんにゃく	
28 (金)	米粉食パン		じゃがいもとベーコンのクリーム煮 アレルギー対応鶏肉トマトソース煮・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ムドレッシング	米粉食パン じゃがいも ドレッシング	ベーコン、豆乳 とり肉トマトソースに	玉ねぎ、にんじん パセリ、コーン キャベツ	

- ◆ 青森市の給食には【そば、落花生(ピーナッツ)、アーモンド、カシューナッツ、キウイフルーツ、くるみ、バナナ、魚卵】を使用していません。
- ◆ 調味料は全てアレルギー対応のものを使っています。
- ◆ こんだて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。

- ◆ 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。
- ◆ 魚にはほねがあるので、気をつけて食べてください。



【保護者のみなさまへ】

- 保護者のみなさまには事前に献立について確認し、「確認承諾書」を返送していただいております。その際、みなさまから様々なご意見・ご感想を受け、改善に向けて検討しております。
- 学校給食課及び小学校給食センターでは、引き続きアレルギー対応食をより良いものにしていきたいと考えておりますので、保護者のみなさまにはぜひ確認承諾書を通じてご意見をいただければ幸いです。
- また、この「こんだてのおしらせ」では、アレルギー対応食で使用する食材や新商品などについての情報提供もしていきます。これは新たにアレルギー対応食を始めた方にとっても必要な情報となりますので、継続されている方には内容が重なることもありますが、ご了承ください。

