

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』を全て使用しない献立です。

**中学校**

**食物アレルギー対応食 学校給食献立一覧表**

青森市小学校給食センター

令和6年度 6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			
3月	米飯230g		トックスープ ほっけ塩焼き・ゆで野菜（ほうれん草、人参） エッグフリーマヨネーズ	豚ひき肉 ほっけ塩焼き	大根、人参、長ねぎ ほうれん草	米飯 トック エッグフリーマヨネーズ
4火	米粉食パン		コンソメスープ 手作りメンチカツ・ゆで野菜（いんげん、コーン） アレルギー対応コーンクリーミードレッシング	豚肉 ハンバーグ	玉ねぎ、人参、キャベツ いんげん、コーン	米粉食パン コーンフレーク サラダ油 ドレッシング じゃがいも
5水	米飯250g		豚丼 アレルギー対応キャベツ入り平つくね パイン入りマスカットゼリー	豚肉 キャベツ入り平つくね	玉ねぎ、人参、ほうれん草 パイン	米飯（こんにゃく） 春雨 ごま油 マスカットゼリー
6木	米粉麺		みそラーメン アレルギー対応彩り野菜豆腐 チンゲン菜のビーンズ炒め	豚肉 なると 彩り野菜豆腐 ツナ ミックスビーンズ	メンマ、もやし、人参 長ねぎ、しょうが、にんにく チンゲン菜	米粉麺 ごま油
7金	米飯230g		キムチスープ アレルギー対応たれ付き肉団子（2個） こんにゃくとメンマの炒め物	豚肉 豆腐 たれ付き肉団子	白菜キムチ、人参、キャベツ 玉ねぎ、メンマ	米飯 ごま油 （こんにゃく）
10月	米飯230g		鶏団子のみそ汁 さば塩焼き・ひじきの炒め物 県産果肉入りりんごゼリー	鶏団子 豆腐 さば塩焼き ひじき 油揚げ	大根、人参、長ねぎ	米飯（こんにゃく） サラダ油 果肉入りりんごゼリー
11火	米粉食パン		鶏肉とほうれん草のクリーム煮 アレルギー対応なすのポテトグラタン アスパラとベーコンの炒め物	鶏肉 豆乳 ベーコン	ほうれん草、玉ねぎ 人参、アスパラ	米粉食パン なすのポテトグラタン
12水	米飯230g		きりたんぼ汁・アレルギー対応ソーセージステーキ 人参とほうれん草のおひたし（しょうゆ） アレルギー対応米粉カップケーキ（チョコ）	鶏肉 ソーセージステーキ	大根、人参、長ねぎ ほうれん草	米飯 きりたんぼ 米粉カップケーキ
13木	米飯250g		ブラウンシチュー チンゲン菜とコーンの炒め物 パイン缶	豚肉 鶏肉	玉ねぎ、人参、チンゲン菜 コーン、パイン	米飯 じゃがいも サラダ油
14金	米飯230g		米粉マカロニの中華スープ・アレルギー対応ハンバーグ ゆで野菜（大根、人参） アレルギー対応和風ドレッシング アレルギー対応ごま付き小魚	鶏肉 ハンバーグ 小魚	人参、玉ねぎ、竹の子 大根	米粉 米粉マカロニ ごま油 ドレッシング ごま
21金	米飯250g		チキンカレー ビーンズサラダ（キャベツ、ミックスビーンズ） アレルギー対応フレンチドレッシング・県産りんご缶	鶏肉 ミックスビーンズ	玉ねぎ、人参、キャベツ りんご	米飯 じゃがいも サラダ油 ドレッシング
24月	米飯230g	りんごジュース	たこボールのすまし汁・アレルギー対応さばみそ煮 わかめサラダ（わかめ、きゅうり） アレルギー対応イタリアンドレッシング	たこボール 豆腐 さばみそ煮 わかめ	人参、干しいたけ 長ねぎ、きゅうり りんごジュース	米飯 ドレッシング
25火	米粉食パン		コーンポタージュ・手作りチキン照り焼き ゆで野菜（キャベツ、いんげん） エッグフリーマヨネーズ・いちごジャム	鶏肉 豆乳	コーン、玉ねぎ、にんにく キャベツ、いんげん	米粉食パン じゃがいも サラダ油 エッグフリーマヨネーズ、いちごジャム
26水	米飯230g		豆腐とわかめのみそ汁 アレルギー対応きんぴら包み焼き 肉じゃが	豆腐 わかめ きんぴら包み焼き 豚肉 油揚げ	人参、長ねぎ、玉ねぎ	米飯 じゃがいも （こんにゃく）
27木	米飯230g		いももち汁 あじ塩焼き・ゆで野菜（ブロッコリー、人参） アレルギー対応和風ドレッシング	鶏肉 油揚げ あじ塩焼き	人参、長ねぎ、大根 ブロッコリー	米飯 いももち ドレッシング
28金	米飯250g		ピピンパ 米粉ギョウザ（2個） 黄桃入りアレルギー対応豆乳デザート	豚肉 米粉ギョウザ	もやし、人参、白菜キムチ ほうれん草、竹の子 にんにく、しょうが 黄桃	米飯 ごま油 サラダ油 豆乳デザート

- ◆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。