



# 食物アレルギー対応食 こんだてのおしらせ

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				
1 (月)	ごはん		中華スープ 中華風まぜごはんの具・みかんゼリー	ごはん ごま油、ゼリー	とり肉、とうふ ぶた肉、ベーコン	小松菜、にんじん 長ねぎ、竹の子 干しいたけ、きくらげ えだ豆	<b>七夕献立</b>  七夕は、昔、中国から日本に伝わった量祭りです。彦星と織姫という男女の量が、笑の川をはさんで向かい合い、この2つの量が1年に1度、7月7日に会えるという言い伝えから、祭りが始まりました。現在の七夕は、短冊に願い事を書き、笹に飾ります。 給食では、七夕ゼリーが7月6日にあります。
2 (火)	ごはん	りんごジュース	根菜入り鶏団子と大根のみそ汁 アレルギー対応さばみそ煮・えだ豆とひじきの炒め物	ごはん サラダ油	根菜入りとりだんご 高野とうふ、みそ さばみそに ひじき、ちくわ	りんごジュース 大根、にんじん ごぼう、干しいたけ 長ねぎ、えだ豆	
3 (水)	ごはん		マーボー豆腐・米粉ギョウザ(2こ) リャンバンサンスー・アレルギー対応和風ドレッシング	ごはん、さとう でんぶん、ごま油 サラダ油、春雨 ドレッシング	とうふ、ぶたひき肉 みそ、米粉ギョウザ	キャベツ、にんじん 長ねぎ、にんにく しょうが、きゅうり	
4 (木)	ごはん		厚揚げと大根のみそ汁・焼肉煮 アレルギー対応黒糖大豆	ごはん、さとう サラダ油	あつあげ、みそ ぶた肉、高野とうふ 黒とう大豆	大根、にんじん、長ねぎ 干しいたけ、玉ねぎ ピーマン、もやし こんにゃく、にんにく しょうが	
5 (金)	米粉食パン		クリームシチュー・チキンサラダ アレルギー対応フレンチクリームドレッシング 県産りんごジャム・七夕ゼリー	米粉食パン じゃがいも、サラダ油 ドレッシング ジャム、ゼリー	とり肉 豆乳	玉ねぎ、にんじん パセリ、いんげん	
8 (月)	ごはん		春雨スープ アレルギー対応五目野菜の肉団子(2こ)・もやしの炒め物	ごはん、春雨 ごま油、サラダ油	とり肉 五目野菜の肉だんご ちくわ	にんじん、干しいたけ 竹の子、長ねぎ もやし、小松菜	
9 (火)	ごはん		あざりと小松菜のみそ汁 アレルギー対応キャベツ入り平つくね・きんぴらごぼう	ごはん、じゃがいも ごま、さとう ごま油	あざり、とうふ みそ、ぶた肉 キャベツ入り平つくね	小松菜、にんじん 長ねぎ、ごぼう 干しいたけ	
10 (水)	ごはん		夏野菜カレー 海そうサラダ・アレルギー対応和風ドレッシング	ごはん サラダ油 ドレッシング	ぶた肉、豆乳 わかめ、くきわかめ 赤つのまた 白すきのり	かぼちゃ、玉ねぎ なす、にんにく アップルソース きゅうり、コーン	<b>今月の青森産品</b>  ≪青森市産≫ 米(まっしぐら)    ≪青森県産≫ 根菜入りとりだんご りんごジュース りんごジャム アップルソース  
11 (木)	ごはん	りんごジュース	田舎汁 アレルギー対応いわしごまみそ煮・糸こんにゃくとメンマの炒め物	ごはん サラダ油	ぶた肉、とうふ 油あげ、みそ いわしごまみそに	りんごジュース 大根、にんじん 干しいたけ、長ねぎ メンマ、こんにゃく	
12 (金)	米粉食パン		ミネストローネ・アレルギー対応たれ付きチキンハンバーグ ゆで野菜(いんげん、コーン) アレルギー対応フレンチドレッシング・県産りんごジャム	米粉食パン 米粉マカロニ じゃがいも、さとう ドレッシング ジャム	とり肉 チキンハンバーグ	玉ねぎ、にんじん トマト、いんげん コーン	
16 (火)	ごはん		キムチスープ ホイコーロー・アレルギー対応ごま付き小魚	ごはん、春雨 ごま油、さとう サラダ油、ごま	ぶた肉、みそ 小魚、とうふ	白菜、にんじん にら キャベツ、ピーマン 竹の子	
17 (水)	ごはん		きりたんぼ汁 さば塩焼き・もやしと小松菜のおひたし(しょうゆ)	ごはん きりたんぼ	とり肉、油あげ さば塩焼き	大根、にんじん ごぼう、干しいたけ 長ねぎ、もやし 小松菜	
18 (木)	ごはん		豆腐とわかめのみそ汁 アレルギー対応きんぴら肉団子(2こ)・切り干し大根の炒め物	ごはん さとう、サラダ油	わかめ、とうふ みそ、ちくわ きんぴら肉だんご	干しいたけ にんじん、もやし 長ねぎ、切り干し大根	
19 (金)	米粉食パン		コンソメスープ キーマカレー・アレルギー対応プリン	米粉食パン 米粉マカロニ じゃがいも プリン	ポークフランクフルト ぶたひき肉 大豆	大根、にんじん いんげん、玉ねぎ マッシュルーム	

小学校給食センターの給食では、毎年、複数の学校の6年生に希望献立アンケートをとっています。(数年で市内全校実施予定)

7月16日の「キムチスープ」は、佃小学校、戸山西小学校、沖館小学校、三内小学校、三内西小学校の6年生に人気のメニューです。

- ◆調味料は全てアレルギー対応のものを使っています。
- ◆こんだてで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。
- ◆魚にはほねがあるので、気をつけて食べてください。
- ◆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。
- ◆教育委員会では、米飯給食の推進を図るため、7月から9月までの間、種類の提供を休止しています。児童並びに保護者の皆様には、ご理解いただきますようお願いいたします。