

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

青森市小学校給食センター

令和6年度 7月分

食物アレルギー対応食 学校給食献立一覧表

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				
1	月	米飯230g		コーン入り中華スープ アレルギー対応ソーセージステーキ チンジャオロース	鶏肉、なると ソーセージステーキ 豚肉	人参、コーン 干しいたけ、長ねぎ しょうが、にんにく 竹の子、ピーマン パプリカ	米飯 ごま油
2	火	米粉食パン		ホワイトシチュー アレルギー対応たれ付きチキンハンバーグ いんげんとベーコンの炒め物・県産りんごジャム	鶏肉、豆乳 チキンハンバーグ ベーコン	人参、玉ねぎ、いんげん コーン、にんにく	米粉食パン じゃがいも サラダ油 りんごジャム
3	水	米飯250g		夏野菜カレー ゆで野菜（キャベツ、きゅうり） エッグフリーマヨネーズ・パイン缶	豚ひき肉 豆乳	かぼちゃ、玉ねぎ、なす ピーマン、パプリカ キャベツ、きゅうり パイン	米飯 サラダ油 エッグフリーマヨネーズ
4	木	米飯230g		あさりと豆腐のみそ汁 アレルギー対応いわしごまみそ煮 ゆで野菜（ほうれん草、人参） アレルギー対応フレンチドレッシング	あさり、豆腐 いわしごまみそ煮	大根、長ねぎ、ほうれん草 人参	米飯 ドレッシング
5	金	米飯230g		春雨スープ 手作りメンチカツ ゆで野菜（小松菜、もやし） アレルギー対応和風ドレッシング・セタゼリー	鶏肉 ハンバーグ	人参、竹の子、おくら 小松菜、もやし	米飯 春雨、ごま油 コーンフレーク サラダ油 ドレッシング セタゼリー
8	月	米飯230g		いももち汁 白身魚みそ焼き 焼肉煮	鶏肉 白身魚みそ焼き 豚肉	人参、ごぼう 干しいたけ、長ねぎ 玉ねぎ、にんにく しょうが	米飯 いももち サラダ油
9	火	米粉食パン		ミネストローネ 手作りかぼちゃコロッケ 海藻サラダ（海藻ミックス、きゅうり） アレルギー対応イタリアンドレッシング	豚肉、大豆 海藻ミックス	玉ねぎ、人参、トマト かぼちゃ、きゅうり	米粉食パン じゃがいも コーンフレーク サラダ油 ドレッシング
10	水	米飯250g		マーボー丼 アレルギー対応たれ付き肉団子 黄桃入りアレルギー対応豆乳デザート	豆腐、豚ひき肉 たれ付き肉団子	長ねぎ、キャベツ、人参 にんにく、しょうが 黄桃	米飯 ごま油 豆乳デザート
11	木	米飯230g		じゃがいものみそ汁 アレルギー対応ハンバーグ 夏野菜の炒め物	豆腐 ハンバーグ 豚ひき肉	人参、玉ねぎ、小松菜 なす、にんにく、しょうが	米飯 じゃがいも 春雨 ごま油
12	金	米飯230g		キムチスープ 米粉ギョウザ（2個） 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	豚肉、豆腐 米粉ギョウザ	白菜キムチ、にら、玉ねぎ 人参、いんげん、コーン	米飯 ごま油 サラダ油 ドレッシング
16	火	米粉食パン		コンソメスープ アレルギー対応ボークウインナー（2個） 米粉マカロニアラビアータ 県産りんごジャム	鶏肉 ボークウインナー ベーコン	もやし、人参、小松菜 長ねぎ、なす、玉ねぎ トマト、にんにく	米粉食パン 米粉マカロニ サラダ油 りんごジャム
17	水	米飯250g		豚すき丼 アレルギー対応彩り野菜豆腐 マスカットゼリー入りフルーツボンチ	豚肉 野菜豆腐	玉ねぎ、干しいたけ 人参、小松菜、黄桃 みかん、パイン	米飯 春雨 マスカットゼリー
18	木	米飯230g		いもこんなべ・アレルギー対応キャベツ入り平つくね ゆで野菜（切り干し大根、人参） アレルギー対応和風ドレッシング アレルギー対応米粉カップケーキ（いちご）	鶏肉 キャベツ入り平つくね	ごぼう、人参、長ねぎ 切り干し大根	米飯 じゃがいも （こんにやく） ドレッシング 米粉カップケーキ
19	金	米飯250g		ハッシュドボーク チキンビーンズソテー マンゴー缶	豚肉 鶏肉 ミックスビーンズ	玉ねぎ、ごぼう マッシュルーム 人参、マンゴー	米飯 サラダ油

- ◆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。
- ◆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。

- ◆献立は都合により変更することがあります。
- ◆魚には骨があるので、気をつけて食べてください。
- ◆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、めん類の提供を休止しています。生徒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。