



Table with columns: 実施日 (Implementation Date), 主食 (Main Dish), のみもの (Beverage), おかするい (Side Dish), おもにエネルギーのもとになる食品 (Main Energy Food), おもに体をつくる食品 (Main Body Building Food), おもに体の調子をととのえる食品 (Main Food for Balance), エネルギー(kcal) (Energy kcal), たんぱく質(g) (Protein g), ひとこと (Note). Rows include dates from 26th to 30th of the month and 2nd to 30th of the next month.

人気メニューの紹介
8月27日の「ツナサラダ」は、幸稲小学校、戸山西小学校、三内小学校、金沢小学校、三内西小学校の6年生に人気のメニューです。

9月17日は十五夜です
十五夜とは昔の暦で8月15日の夜の事です。現在の暦では、9月~10月初旬ごろ。「中秋の名月」ともいい、1年で最も月がきれいに見えることから、月をながめるお月見の風習があります。ちょうど農作物の収穫時期に当たるため、季節の野菜や果物などをお供えし、収穫に感謝する意味もあります。給食では、13日に十五夜ゼリーが出ます。

煮あえっこ
【青森県の郷土料理】
細く切ってゆでた大根やにんじんを、とうふ、油あげ、山菜と炒めてしょうゆで味付けし、煮ふくめた下北・南部地方の郷土料理です。お正月や結婚式など大勢の人が集まるときに大鍋で作ってふるまわれます。

今月の青森産品

【青森市産】
米(まっしぐら)
【青森県産】
牛乳、パン
はたて
たれ付き肉だんご
ポークメンチカツ

- ◆ 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。
◆ こんだては都合により変更する場合があります。
◆ ドレッシング等は各学級1本ずつ使用してください。
◆ 魚にはほねがあるので、気をつけて食べてください。
◆ 液状ヨーグルトのから容器は、業者が回収します。
◆ 液状ヨーグルト以外のから容器は給食センターに返してください。
◆ (学配)と書かれているものは、業者から直接学校に配達されます。
◆ 食物アレルギーがあり、自分で取り除いたり、おかずを持ってきている児童は安全のため、おかわりはしないようにお願いします。

- * 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。
(ただし、原材料に使用していないものであっても、同一工場、製造ラインで使用されているため、わずかな量が混入する可能性があります。)
- * ●は原材料由来のアレルギーです。○は同一工場、製造ラインで使用されるなどの理由により、アレルギーが混入する可能性があるため、法律で表示が義務付けられていないため、わかる範囲で表示しています。
- * ごはん、菜ごは、麺類、パン類のアレルギーは、最大値を記載しておりますが、詳細は加工工場により異なります。詳細は 小学校給食センター（TEL：017-766-5890） にお問い合わせください。

A群校
【9月17日～9月30日】

実施日	こんだて	特定原材料(表示義務)																				その他				
		えんぴ	かに	小麦	そば	落花生	アーモンド	いか	くま	りんご	魚の	海	貝	果	種											
17 火	菜ごは	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○					
	牛乳			●																						
	ハッシュドポーク	●	○	●				○	○	○	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○	○					ぶどう
	バリバリ大根サラダ																									
	和風ごまドレッシング	●																				かつお節エキス	こんぶエキス	ほたてエキス		ごま油、ごま
18 水	ごはん	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○					
	牛乳			●																						
	鶏肉と春雨の中巻スープ	●						○	○	○	●	●	●	○	○	○	○	○	○	○	○					食用植物油(ごま)、食用ごま油
	シューロンボー	●																								かきエキス調味料 植物油(ごま)
19 木	食パン	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○					
	牛乳			●																						
	ポトフ	●						○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○					ミルクパウダー(ワインぶどう)
	チーズ入りデミグラスソースハンバーグ	●	●	●				○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○					赤ワイン(ぶどう)、デミグラスソース(ワインぶどう)
	ゆで野菜(白菜、にんじん)																									
	焼煎ごまドレッシング																									ごま
20 金	ごはん	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○					
	牛乳			●																						
	さつま汁	○						○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○					かつおふし、風味原料(かつお節粉末、かつお節エキス粉末)、かつおパウダー 昆布、風味原料(こんぶ粉末、こんぶエキス粉末)
	キャベツ入り平つくね	○	○	○				○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○					醤油、ソース(醤油) ソース(魚介エキス(ホタテエキス)) ソース(ウスターソース(りんご))
24 火	ごはん	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○					
	牛乳			●																						
	五目中巻スープ	●						○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○					すけそうたら、いとより、魚卵パウダー(ほっけ、すけとうたら) オイスターソース 食用植物油(ごま)、食用ごま油
	春巻き	●	●	●																						オイスターソース、XO醤(干し貝柱) 植物油(ごま油)
	リャンバンソース																									
25 水	ごはん	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○					
	牛乳			●																						
	豚汁							○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○					風味原料(かつお節粉末、かつお節エキス粉末)、かつおパウダー 風味原料(こんぶ粉末、こんぶエキス粉末)
	若鶏ごま照り焼き	●	●	●																						ごま、粉まがらスープ(ごま)
26 木	ごはん	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○					
	牛乳			●																						
	かぼちゃのポタージュ	●	●	●				○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○					ほたてエキスパウダー ミルクパウダー(ワインぶどう)
	ポークとチキンのフランク	○	○	○				○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○					
	ゆで野菜(ほうれん草、にんじん、コーン)																									
27 金	ごはん	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○					
	牛乳			●																						
	すいとん	●	○	○				○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○					かつおふし、濃縮だし(凍干し)、魚介エキス(かつお、まぐろ、そうだかつお)、糖粉(かつおふし) 昆布、濃縮だし(こんぶ)
	さば照り焼き	●																								さば
30 月	ごはん	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○					
	牛乳			●																						
	キムチスープ	●						○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○					魚卵パウダー(ほっけ、すけとうたら) 昆布
	梅干しヨーグルト	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○					
	わかめサラダ	○	○	○																						わかめ
ノンオイル青じそドレッシング	●																								かつおふしエキス	

☆☆☆ 食物アレルギーがあり、自分で取り除いたり、おかずを持ってきている児童は、安全のため、おかわりはしないようにお願いします。☆☆☆