

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。

6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		おかにエネルギーのもとになる食品	おみに体をつくる食品	おみに体の調子をととのえる食品	ひとこと
	主食	のみもの				
1 (木)	ごはん		ごはん、ごまごま油	たこボール、とうふみそ、ちくわきんぴらつつみ焼き	大根、にんじん長ねぎ、こんにやくメンマ、ピーマン	ふるさと産品給食の日
2 (金)	米粉食パン		米粉食パン	ウインナーチキンボール黒とう大豆	グリーンピース、コーンにんじん、キャベツパセリ、玉ねぎマッシュルーム、トマト	
5 (月)	ごはん		ごはん、ごま	油あげ、とうふみそ、ぶた肉大豆	大根、ほうれん草にんじん、しょうがごぼう、こんにやく玉ねぎ、干しいたけ	
6 (火)	ごはん		ごはん	とり肉豆乳、ツナ	玉ねぎ、にんじんアップルソースにんにく、いんげんキャベツ	19日は、ふるさと産品給食の日です。私たちのふるさと【青森】にこだわった給食です。お米やほたて、豆腐や野菜など青森県産品がたっぷり使われています。ふるさとの恵みに感謝をして、いただきます。
7 (水)	ごはん		ごはん、でんぶん	ぶた肉米粉ギョウザ	竹の子、にんじんきくらげ、長ねぎしょうが、きゅうり	
8 (木)	ごはん	りんごジュース	ごはん、いももち	とり肉、油あげ	りんごジュースにんじん、大根ごぼう、長ねぎ	
9 (金)	米粉食パン		米粉食パン	ベーコン、豆乳肉だんご	白菜、にんじん小松菜、アスパラガスコーン	みずの油炒め 【青森県の郷土料理】
12 (月)	ごはん		ごはん	とうふ、とり肉	大根、にんじんごぼう、干しいたけ長ねぎ、もやし玉ねぎ	
13 (火)	ごはん		ごはん、きりたんぼ	とり肉、油あげ	ごぼう、大根にんじん、長ねぎ切り干し大根	
14 (水)	ごはん		ごはん、ごま	とうふ、ぶたひき肉	キャベツ、にんじん長ねぎ、にんにくしょうが、竹の子ピーマン	「みず」は、別名「うわばみ草」といいます。水辺に生えている鮮やかな緑色の山菜で、味にくせがなく、ねばりがあるのが特徴です。青森県では、ちょうど今、旬を迎え、おいしい時期になります。給食では、26日にします。
15 (木)	ごはん		ごはん、ごま	ぶた肉、みそ	にんじん、もやし小松菜、白菜	
16 (金)	米粉食パン		米粉食パン	とり肉、大豆、青大豆	コーン、玉ねぎにんじん、パセリほうれん草	
19 (月)	ごはん		ごはん、ごま	ほたて、とうふ	大根、にんじん	今月の青森産品
20 (火)	ごはん		ごはん	ぶた肉	玉ねぎ、にんじん	
21 (水)	ごはん		ごはん、ごま	とうふ、わかめ	にんじん	
22 (木)	ごはん		ごはん	ひじき、油あげ	キャベツ、にんじん	《青森市産》 米(まっしぐら) バサラコーン
23 (金)	米粉食パン		米粉食パン	とり肉	チンゲン菜、もやし	
26 (月)	ごはん		ごはん	ぶた肉、油あげ	大根、にんじん	
27 (火)	ごはん	りんごジュース	ごはん	あさり、とうふ	りんごジュース、しめじ	《青森県産》 りんごジュース 平さやいんげん 果肉入りりんごゼリー
28 (水)	ごはん		ごはん	ぶた肉、なると	竹の子、にんじん	
29 (木)	ごはん		ごはん	わかめ、油あげ	にんじん、長ねぎ	
30 (金)	米粉食パン		米粉食パン	あさり、豆乳	玉ねぎ、にんじん	とうふ、ほたて 切り干し大根、大根 キャベツ、ごぼう にんじん、長ねぎ アップルソース

- ◆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。



- ◆こんだては都合により変更することがあります。
- ◆魚にはほねがあるので、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、6月から9月までの間、麺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。