

平成29年12月 加工食品等アレルギー一覧表

日	献立名・食品名	卵	えび	たこ	いか	青魚	鮭	乳・乳製品	小麦	大豆	ごま	備 考
1 金	うずまきパン							●	●			
	スパゲティ								●			
	ポークウインナー									●		
	ミルメークココア									●		
	きな粉									●		
4 月	ツナ水煮					●						
5 火	マヨネーズ									●		
6 水	コロケ	●						●	●	●		
	マカロニ								●			
	錦糸卵	●							●	●		
	和風ドレッシング(小袋)								●	●		調味料の一部に小麦・大豆が含まれます
7 木	ササミチーズフライ							●	●	●		
	うどん								●			
	刻み油揚									●		
	和風カレールウ								●	●		
8 金	中華めん							●				
11 月	だし巻き玉子	●							●	●		本品製造工場では乳・牛肉・豚肉を含む製品を生産しています
	たこ焼き	●		●					●	●		本品製造工場ではえび、乳、いか、牛肉、ごま、鶏肉、豚肉、やまいもを含む製品を生産しています
12 火	キャベツメンチカツ								●	●		
13 水	刻み油揚									●		
	麩								●			
14 木	マカロニ								●			
	マヨネーズ									●		
	サンタさんのケーキ	●						●	●	●		
15 金	ハンバーガー用パン							●	●			
	ハンバーグ								●	●		
	マヨネーズ									●		
	クリームポタージュ							●	●	●		
18 月	高野豆腐									●		
19 火	ギョーザ							●	●		※同一工場内で卵・乳・小麦・えび・かに・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン・ごまを原料とする商品の製造をしています	
20 水	刻み油揚									●		
	カニカマ	●							●	●		
21 木	春巻(キーマカレー)								●	●		
	春巻(米粉入り)								●	●		
	厚揚げ									●		
	杏仁豆腐							●				

中学校給食献立の種類

献立名	アレルゲン等の除去内容
全献立共通 (基本献立)	※全ての献立で使用しない食品(A~D 献立でも使用しません) ○和そば ○落花生(ピーナッツ) ○くるみ ○キーウイフルーツ ○かに ○貝類(但し、オイスターソースは使用します) ○生のもの(但し、果物、プチトマトは使用します)
A 献立	○卵(鶏卵、うずら卵、魚卵)を除去(代替)したメニュー
B 献立	○えび ○たこ ○いか ○青魚 ○鮭 すべてを除去(代替)したメニュー
C 献立	○牛乳 ○乳製品 を除去(代替)したメニュー
D 献立	A・B・C 献立のアレルゲンとその他(小麦、大豆、ナッツ類、ごま等)のアレルゲンを除去(代替)したメニュー ※調味料に含まれる微量のアレルゲンは除去しません。

※基本献立では、揚げ物調理で数回同じ油を使用することがあります。 ※A~D は食物アレルギー対応献立

食物アレルギー対応献立を選択する場合の留意点

- ①配食の安全確保を最優先とするため、食物アレルギー対応献立(A~D 献立)を選択する場合、医師の証明(学校生活管理指導表(アレルギー用)の提出)と、学校での保護者面談が必要です。
なお、医師の証明にかかる費用は保護者の方のご負担となります。
- ②献立選択を変更(例、A献立から基本献立への変更)する場合も「①」と同様の手続きが必要です。
- ③献立選択を変更したい場合、変更したい月の前月10日までに「①」の手続きを行ってください。

12月の食育

寒くなると空気が乾燥し、風邪のウイルスが飛びやすい季節になります。十分な栄養と睡眠をとって、風邪にまけない身体を作りましょう。良質なたんぱく質をとろう!(豚肉・鶏肉・魚・鶏卵・牛乳・豆腐・大豆など)…ウイルスの感染や増殖を防ぐ免疫細胞を作ってくれます。ビタミンAをとろう!(人参・ほうれん草・南瓜・小松菜・スロッコリーなど)…鼻やのどの気管の粘膜を丈夫に保ってくれます。ビタミンBをとろう!(豚肉・卵・しめじ・小松菜・スロッコリーなど)…身体のだるさや疲労回復を回復してくれます。ビタミンCをとろう!(トマト・さつまいも・じゃが芋・いちご・みかんなど)…免疫力を高めてくれます。



中学校給食 摂取基準

成分名	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛	レチノール	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量
単位	kcal	g	g	mg	mg	mg	mg	μg	mg	mg	mg	g	g
基準値	820	30	23~27	450	140	4.0	3.0	300	0.50	0.60	35	6.5	3.0未満
阪南中学校	852	32.1	27.4	357	118	2.7	3.8	261	0.67	0.61	40	5.2	3.2