

令和2年11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
2 月	エビカツ		●						●	●		
4 水	和風ドレッシング								●	●		調味料の一部に小麦・大豆が含まれます
	刻み油揚げ									●		
6 金	サーモンフライ						●		●	●		
	しゅうまい								●			
	福神漬								●	●	●	調味料の一部に大豆・小麦が含まれます
	カレールー								●	●		
9 月	和風ドレッシング								●	●		調味料の一部に小麦・大豆が含まれます
	のり佃煮(小袋)								●	●		調味料の一部に小麦・大豆が含まれます
10 火	マヨネーズ									●		
	豆腐									●		
11 水	中華めん								●			
	かぼちゃコロッケ							●	●	●		
	高野豆腐									●		
12 木	黒糖入りコッペパン								●			本品製造ラインで卵、乳製品を使用した製品を製造しています
	イカリリングフライ	●			●				●	●		※乳・えび・かにを含む製品と同じ設備で製造しています
	ツナ水煮					●						
	マヨネーズ									●		
	チョコレートジャム							●	●			
	ポタージュの素							●	●			
13 金	メンチカツ								●	●		
	わらび餅(抹茶)									●		
	麩								●			
16 月	ハンバーグ								●	●		
	香り胡麻ドレッシング								●	●	●	
17 火	野菜かき揚げ								●	●		
	うどん								●			
19 木	スパゲティ								●			
	マヨネーズ									●		
	豆腐									●		
20 金	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
24 火	豆腐									●		
	白和えの素								●	●	●	
25 水	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
	ツナ水煮					●						
	マヨネーズ									●		
	豆腐									●		
26 木	コッペパン								●			
	パン粉								●			
	マヨネーズ									●		
	キャンディチーズ							●				
	シチューの素							●	●			
27 金	香り胡麻ドレッシング								●	●	●	
	刻み油揚げ									●		
	豆腐									●		
30 月	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
	杏仁豆腐							●				
	焼豚									●		

中学校給食献立の種類

献立名	アレルギー等の除去内容
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。

11月の食育

少しずつ寒さが増してきました。
食事、運動、睡眠など規則正しい生活をしましょう。
ところでみなさん、毎日、朝ごはんを食べていますか？
寝起きは体温が低く、朝ごはんを食べることで、体温が上がり活動エネルギーが満たされています。
朝ごはんをしっかりと食べて、寒さにも風邪にも負けず元気に過ごしましょう。



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	830	30	18～27	450	120	4.0	3.0	300	0.50	0.60	30	6.5以上	2.5未満
阪南中学校	843	32	28.3	329	100	2.8	3.8	242	0.41	0.56	40	4.8	3.4