

令和3年1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
12火	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
	黒豆								●	●		
	白玉									●		
13水	オムレツ	●								●		
14木	野菜かき揚げ								●	●		
	しゅうまい								●			
	うどん								●			
15金	厚揚げ									●		
18月	杏仁豆腐							●				
19火	竹輪								●	●		
	のり佃煮(小袋)								●	●		調味料の一部に小麦・大豆が含まれます
	豆腐									●		
20水	香り胡麻ドレッシング								●	●	●	
21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
	ハンバーグ								●	●		
	ツナ水煮					●						
	コーンクリーム							●	●	●		
22金	白身魚フライ								●	●		
	福神漬								●	●	●	調味料の一部に大豆・小麦が含まれます
	和風ドレッシング								●	●		
	カレールウ								●	●		調味料の一部に大豆・小麦が含まれます
25月	ミルメークココア									●		
	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
26火	コロッケ	●						●	●	●		
	刻み油揚げ									●		
27水	白玉									●		
	きな粉									●		
	豆腐									●		
28木	コッペパン								●			
	メンチカツ								●	●		
	マヨネーズ									●		
	キャンディチーズ							●				
	シチューの素							●	●			

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。

1月の
食育

おせち料理の
豆知識

おせち料理で
そろえたい9品です

昆布巻き…………… 昆布は「よろこぶ」にかけて、喜びの多い年になるように願います
かすのこ…………… 卵が多いことから子孫繁栄を意味します
だて巻き…………… 「伊達(だて)」は華やかなの意味で、巻き物は書物に通じ、知識や文化の発展を願います
田作り…………… いわしを田の肥料にすると豊作になったことから、豊穡祈願(ほうじょうきがん)の料理です
黒豆…………… まめに(勤勉に)働き、まめに(健康に)暮らせるように願います
栗きんとん…………… 昔、戦の勝利祈願に食べた「勝栗」に通じる縁起物で、きんとんは「金団」とかいて蓄財を願います
紅白かまぼこ…………… 紅は魔除け、白は清浄、半円形で初日の出を象徴し、めでたさを表します
紅白なます…………… 水引の色や形に通じてめでたく、根菜のように根を張る願いがあります
れんこん…………… まっすくな穴が多数あることから、将来が見通せるようにと意味が込められています



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	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	845	33	26.9	335	102	2.9	3.7	290	0.43	0.62	44	5.4	3.5