

令和4年3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 火	イカリングフライ	●			●				●	●		※乳・えび・かにを含む製品と同じ設備で製造しています
	錦糸卵	●							●	●		
	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
	シュークリーム	●						●	●	●		
2 水	ちらしずしの素								●	●		調味料の一部に小麦・大豆が含まれます
	野菜かき揚げ								●	●		※えびを含む製品と同じ設備で製造しています
	刻み海苔											※海苔はえび・かにの生息域で採取しています
	錦糸卵	●							●	●		
3 木	豆腐ハンバーグ								●	●		
	豆腐									●		
4 金	ツナ水煮					●						
	マヨネーズ									●		
	わらび餅(きなこ)									●		
	カレールウ								●	●		
7 月	ササミチーズフライ							●	●	●		
	刻み油揚げ									●		
9 水	コロッケ	●						●	●	●		
	ツナ水煮					●						
	マヨネーズ									●		
	キャンディチーズ							●				
10 木	コッペパン								●			
	マヨネーズ									●		
	オムレツ	●								●		
	シチューの素							●	●			
14 月	豆腐									●		
	香り胡麻ドレッシング								●	●	●	
16 水	錦糸卵	●							●	●		小麦 4.7%
	しゅうまい								●			
17 木	白身魚フライ								●	●		
	うどん								●			
	刻み油揚げ									●		
	和風カレールウ								●	●		
									●			
18 金	コッペパン								●			
	スパゲティ								●			
	オムレツ	●								●		
22 火	サーモンフライ						●		●	●		
	タルタルソース(小袋)	●								●		
	麩								●			
23 水	ハンバーグ								●	●		
	スパゲティ								●			
	マヨネーズ									●		
	コーンクリーム							●	●	●		

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(Ⅱ～Ⅳ 献立でも使用しません) ○和そば ○落花生(ピーナッツ) ○くるみ ○その他ナッツ類 ○かに ○キウイフルーツ ○生のもの(但し、果物、ミニトマトは使用します) ○貝類(但し、オイスターソース等調味料となるエキ스는使用します)
Ⅱ 献立	○卵(鶏卵、うずら卵、魚卵) を除去(代替)したメニュー
Ⅲ 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
Ⅳ 献立	○牛乳 ○乳製品 を除去(代替)したメニュー
Ⅴ 献立	Ⅱ・Ⅲ・Ⅳ 献立のアレルゲンとその他(小麦、大豆、ごま)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。※Ⅱ～Ⅴ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(Ⅱ～Ⅴ 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、Ⅱ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月の食育

3月3日は上巳(じょうし)の節句で桃の節句ともいわれます。女の子の誕生と成長を祝うひな祭りとして親しまれ、ひな人形を飾り、ひしもち、あられ、桃の花を供えます。ひな祭りの料理はちらし寿司やはまぐりのお吸い物です。ちらし寿司の具に使われるえびやれんこんが縁起を担ぐとされ、はまぐりの貝殻は二枚一組になっていて、良縁に恵まれるという願いが込められています。給食では、3月2日がひな祭りの献立になります。



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	4.5	3.0	300	0.50	0.60	35	7以上	2.5未満
阪南中学校	821	30.6	27.7	358	99	3.8	9.7	275	0.46	0.60	46	7.1	3.2