

令和4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
1 火	豆腐									●		
	しゅうまい								●			
2 水	野菜コロッケ							●	●	●		
4 金	豆腐ハンバーグ								●	●		
	ミルメークココア									●		
7 月	刻み油揚げ									●		
9 水	オムレツ	●								●		
	わらび餅(きなこ)									●		
10 木	コッペパン								●			
	白身魚フライ								●	●		
	タルタルソース(小袋)	●								●		
11 金	杏仁豆腐							●				
14 月	餃子								●	●		本品製造工場では、えび・かに・卵・乳成分・ごまを含む製品を製造しています
15 火	里芋コロッケ								●	●		同一製造ラインで卵・乳・えび・かに・いか・牛肉・ごま・さけ・さば・ゼラチン・鶏肉・バナナ・もも・山芋・まつたけ・りんごを使用した別製品を製造しています
	ツナ水煮					●						
	香り胡麻ドレッシング								●	●	●	
	やさしいふりかけのりかつお(小袋)											※海苔はエビ・カニの生息域で採取しています
16 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
17 木	竹輪								●	●		
	うどん								●			
18 金	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
	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
	オムレツ	●								●		
21 月	錦糸卵	●							●	●		
	しゅうまい								●			
22 火	カニカマ	●							●	●		
	麩								●			
24 木	白和えの素								●	●	●	
	わらび餅(黒糖)									●		
25 金	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
	カレールウ								●	●		
29 火	メンチカツ	●						●	●	●		本品製造工場では、えび・かにを含む製品を製造しています
	麩								●			
30 水	ハンバーグ								●	●		
	バター							●				

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 ○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)
【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、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。※【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

11月24日は和食の日です。

2013年12月、ユネスコの無形文化遺産に登録された和食は、料理だけでなく、昔から受け継がれてきた「自然を大切にする」日本人の心が育んだ伝統的な食文化のことをいいます。

和食の基本の「だし」について

だしとは、こんぶやかつおふしなどを煮出した汁のことで、水やお湯を使い、うま味をひきだしたものがだしになります。こんぶやかつおだし、にぼしなどの天然素材を使っただしは、香りがよく、うま味や栄養も豊富なのに、塩分はほとんど含まれていません。だしを使った料理は、味付けを薄めにしてもおいしく感じられるので、塩分や糖分をおさえることができます。だしはおいしいだけではなく、健康にも役立っています。



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	4.5	3.0	300	0.50	0.60	35	7以上	2.5未満
阪南中学校	802	31.3	26.6	358	97	4.5	3.8	256	0.44	0.57	46	5.7	3.5