

令和5年6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 木	高野豆腐									●		
2 金	竹輪								●	●		
5 月	餃子								●	●		本品製造工場では、えび・かに・卵・乳・ごまを含む製品を製造しています
6 火	スパゲティ								●			
	チキンナゲット								●	●		大豆 3.84%・パン粉 1.53%
8 木	コッペパン								●			
	ササミチーズフライ							●	●	●		
	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
	うどん								●			
12 月	チキンカツ								●	●		本品製造工場では、えび・かに・卵・乳を含む製品を製造しています
	ツナ水煮					●						
13 火	しゅうまい								●	●		
14 水	野菜コロッケ							●	●	●		
	ツナ水煮					●						
15 木	うどん								●	●		
	油揚げ									●		
16 金	ハンバーグ								●	●		
	スパゲティ								●			
19 月	コロッケ								●	●		本品製造工場では、卵・乳を含む製品を製造しています
	わらび餅（黒糖）									●		
20 火	杏仁豆腐							●				
	かぼちゃしゅうまい								●	●		
21 水	豆腐ハンバーグ								●	●		
	マヨネーズ（小袋）									●		
22 木	とんかつ	●						●	●	●		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
23 金	コッペパン								●			
	ポークウインナー									●		
26 月	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
	ツナ水煮					●						
	オイスターソース											調味料の一部にかきエキスが含まれます
27 火	白玉									●		
	きな粉									●		
28 水	豆腐									●		
29 木	中華めん								●			
	豆腐									●		
	刻み油揚げ									●		
30 金	キムチのたれ					●		●		●		
	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

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スは使用します)
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。

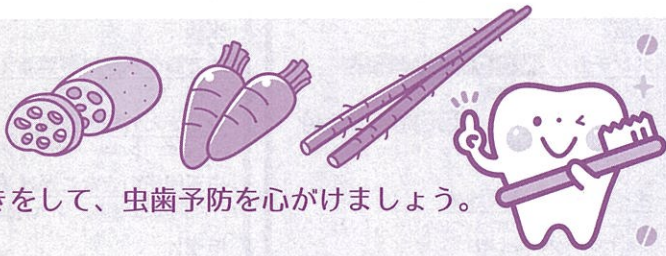
※基本献立では、揚げ物調理で数回同じ油を使用することがあります。※Ⅱ～Ⅴは食物アレルギー対応献立

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。

6月の食育

6月4日は虫歯予防献立です。
虫歯は虫歯菌の糖類(主に砂糖)をえさにして、酸を産生し、歯をとকাশします。
虫歯予防に毎日の歯磨きが大切ですが、野菜に含まれる食物繊維にも役立ちます。
繊維を噛むことで歯が掃除され、虫歯菌を作り出す酸の動きを弱める唾液がよく出ます。
ごぼう・人参・れんこんなどの食物繊維が豊富な野菜をよく噛んで食べて、食後に歯磨きをして、虫歯予防を心がけましょう。
給食では、6月2日が虫歯の献立になります。



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	787	28.8	25.7	341	95	4.4	3.5	262	0.44	0.53	41	6.1	3.5