

令和6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
3 月	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
	麩								●			
4 火	牛肉コロッケ	●						●	●	●		
	白玉									●		
	きな粉									●		
5 水	マヨネーズ(小袋)									●		
	オムレツ	●								●		
6 木	とんかつ	●						●	●	●		
7 金	香味中華ドレッシング								●	●	●	調味料の一部に小麦・大豆が含まれます
	かぼちゃしゅうまい								●	●		
10 月	ハンバーグ									●		
	ツナ水煮					●						
	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
	コーンクリーム							●	●	●		
11 火	コチジャン								●	●		調味料の一部に小麦・大豆が含まれます
12 水	マカロニ								●			
	マヨネーズ(小袋)									●		
	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
13 木	うずまきパン								●			
	スパゲティ								●			
	ポークウインナー									●		
	わらび餅(抹茶)									●		
	ササミチーズフライ							●	●	●		
14 金	福神漬								●	●	●	調味料の一部に大豆・小麦が含まれます
	スパゲティ								●			
17 月	香り胡麻ドレッシング								●	●	●	
18 火	豆腐									●		
	うどん								●			
20 木	刻み油揚げ									●		
	和風カレーウ								●	●		
	チキンカツ								●	●		本品製造工場では、えび・かに・卵・乳成分を含む製品を製造しています
24 月	ミートボール								●	●		
	マヨネーズ(小袋)									●		
	白玉									●		
25 火	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
26 水	豆腐ハンバーグ								●	●		
	わらび餅(黒糖)									●		
27 木	アジフライ					●			●	●		
	杏仁豆腐							●		●		
28 金	コッペパン								●			
	豚肉コロッケ								●	●		本品製造工場では、卵・乳成分を含む製品を製造しています
	シチューの素							●	●			

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スは使用します)
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、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。

6月の食育

6月4日～6月10日は「歯と口の健康週間」です。

歯と口の健康について理解を深め、歯科疾患の予防、早期発見・治療などが目的として挙げられています。

むし歯や歯周病の予防や早期治療はもちろん、80歳に20本以上の歯を残す「8020運動」も知られています。

繊維を噛むことで歯が掃除され、虫歯菌を作り出す酸の働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4日がかむ献立になります。



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	789	27.1	26.6	337	87	4.2	7.7	235	0.40	0.50	36	5.7	3.1