

令和6年7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 月  | 春巻            |   |    |    |    |    |   |       | ●  | ●  |    |                                      |
| 3 水  | ほうれん草しゅうまい    |   |    |    |    |    |   |       | ●  | ●  |    |                                      |
| 4 木  | 黒糖パン          |   |    |    |    |    |   |       | ●  |    |    |                                      |
|      | かぼちゃコロッケ      |   |    |    |    |    |   | ●     | ●  | ●  |    |                                      |
| 5 金  | 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                |
|      | 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        |
|      | そうめん          |   |    |    |    |    |   |       | ●  |    |    |                                      |
|      | カニカマ          | ● |    |    |    |    |   |       | ●  | ●  |    |                                      |
|      | めんつゆストレート(小袋) |   |    |    |    |    |   |       | ●  | ●  |    | 調味料の一部に小麦・大豆が含まれます                   |
| 8 月  | ハンバーグ         |   |    |    |    |    |   |       |    | ●  |    |                                      |
|      | マヨネーズ(小袋)     |   |    |    |    |    |   |       |    | ●  |    |                                      |
|      | わらび餅(きなこ)     |   |    |    |    |    |   |       |    | ●  |    |                                      |
|      | コーンクリーム       |   |    |    |    |    |   | ●     | ●  | ●  |    |                                      |
| 10 水 | わかめご飯の素       |   |    |    |    |    |   |       |    |    |    | 本製品で使用しているわかめは、えび・かにの生息域で採取しています     |
|      | 豆腐            |   |    |    |    |    |   |       |    | ●  |    |                                      |
| 11 木 | 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 |
|      | 杏仁豆腐          |   |    |    |    |    |   | ●     |    | ●  |    |                                      |
| 12 金 | オムレツ          | ● |    |    |    |    |   |       |    | ●  |    |                                      |
|      | マカロニ          |   |    |    |    |    |   |       | ●  |    |    |                                      |
|      | マヨネーズ(小袋)     |   |    |    |    |    |   |       |    | ●  |    |                                      |
|      | カレールウ         |   |    |    |    |    |   |       | ●  | ●  |    |                                      |

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<br>(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)<br>○和そば ○落花生(ピーナッツ) ○くるみ ○その他ナッツ類 ○かに<br>○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)<br>○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<br>※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。

7月の食育

梅雨が明け、日差しもずいぶんと強くなってきました。もうすぐ夏休みが始まりますね。天気の良い日は外で体を動かしながら、暑さに負けず、元気に過ごせるように、水分補給や食事に気を配りましょう。



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   | 27.2  | 30.1  | 368   | 87     | 4.7 | 3.3 | 264   | 0.34   | 0.52   | 38    | 5.4  | 3     |