

令和6年12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
2月	豆腐ハンバーグ								●	●		
3火	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
	うどん								●			
	油揚げ									●		
4水	やさしいふりかけのりかつお(小袋)											※海苔は、えび・かにの生息域で採取しています
	刻み油揚げ									●		
5木	黒糖パン								●			
	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
6金	オムレツ	●								●		
	マカロニ								●			
	マヨネーズ									●		
	福神漬								●	●	●	調味料の一部に大豆・小麦が含まれます
	カレールウ								●	●		
9月	春巻								●	●		
	杏仁豆腐							●		●		
10火	うどん								●			
11水	わかめご飯の素											本製品で使用するわかめは、えび・かにの生息域で採取しています
	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
	マヨネーズ									●		
	わらび餅(抹茶)									●		
	麩								●			
12木	ハンバーグ									●		
	マヨネーズ									●		
	コーンクリーム							●	●	●		
	サンタさんのケーキ	●						●	●	●		
13金	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
	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
17火	とんかつ	●						●	●	●		
	香り胡麻ドレッシング								●	●	●	
	白玉									●		
	きな粉									●		
18水	豆腐									●		
	しゅうまい								●			

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(△～□ 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)
△ 献立	○卵(鶏卵、うずら卵、魚卵) を除去(代替)したメニュー
□ 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
○ 献立	○牛乳 ○乳製品 を除去(代替)したメニュー
◇ 献立	△・□・○ 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。※△～◇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(△～◇ 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、△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。

12月の
食育

冬至について

冬至とは、北半球において日の出から日の入りまでの時間がもっとも短い日(=夜が長い)のことです。反対に南半球ではもっとも昼の時間が長い日になります。
冬至の日に栄養のあるかぼちゃを食べたり、体を温かくするゆずを使うようになったのは諸説ありますが、寒い冬を元気に乗り越えようという意味がこめられています。
給食では少し早いですが、12月2日が冬至の献立になります。



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	789	27.2	27.3	347	89	3.8	3.2	264	0.35	0.51	36	5.5	3.2