

令和2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
5 [金]	エビカツ		●						●	●		
8 [月]	エビカツ		●						●	●		
11 [木]	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
	ギョーザ								●	●	●	※同一工場内で卵・乳・小麦・えび・かに・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン・ごまを原料とする商品の製造をしています
12 [金]	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
	ギョーザ								●	●	●	※同一工場内で卵・乳・小麦・えび・かに・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン・ごまを原料とする商品の製造をしています
15 [月]	スパゲティ								●			
	チキンナゲット								●	●		大豆 3.84%、パン粉 1.53%
16 [火]	かぼちゃコロッケ							●	●	●		
17 [水]	ちらしずしの素								●	●		調味料の一部に小麦・大豆が含まれます
	刻み海苔											※海苔はえび・かにの生息域で採取しています
	麩								●			
18 [木]	マヨネーズ									●		
	豆腐									●		
22 [月]	刻み油揚げ									●		
23 [火]	ミルクココア									●		
	のり佃煮(小袋)								●	●		調味料の一部に小麦・大豆が含まれます
25 [木]	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
	スパゲティ								●			
	マヨネーズ									●		
	チョコレートジャム							●	●			
	ポタージュの素							●	●			
26 [金]	コロッケ							●	●	●		
	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								●	●		
29 [月]	ねり胡麻										●	
	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
	豆腐									●		

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 ○キーウイフルーツ ○かに ○貝類(但し、オイスターソースは使用します) ○生のもの(但し、果物、プチトマトは使用します)
△ 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、ナッツ類、ごま等)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。

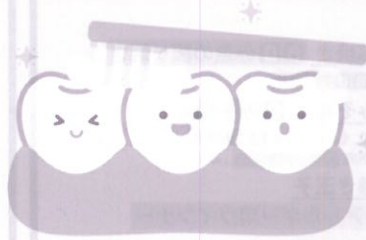
※基本献立では、揚げ物調理で数回同じ油を使用することがあります。 ※△～◇ は食物アレルギー対応献立

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。

6月の食育

虫歯は虫歯菌が糖類(主に砂糖)をえさにして、酸を産生し、歯をとকাশします。
虫歯予防には毎日の歯磨きが大切ですが、野菜に含まれる食物繊維も役立ちます。
繊維を噛む事で歯が掃除され、虫歯菌を作り出す酸の働きを弱める唾液がよくでます。
ごぼう、にんじん、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ましょう。
そして、食後には歯磨きをして虫歯を予防していきましょう。



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	4.0	3.0	300	0.50	0.60	30	6.5以上	2.5未満
阪南中学校	852	32.6	27	323	96	2.9	4.2	260	0.43	0.61	48	5.2	3.2