

日曜	しゅしょくのみもの		りょうりめい	つけるもの かけるもの	あかのしょくひん からだをつくるものになる	きいろのしょくひん ねつやちからのものになる	みどりのしょくひん からだのちょうしをととのえる	びこう
	しゅしょくのみもの	りょうりめい						
12金	しろごはん ぎゅうにゅう	ひきにくとたまめのトマトにこみ だいこんとツナのサラダ ミックスフルーツ (もも&みかん)		ぎゅうにゅう・ツナ・ぶ たにく・だいず	こめ・あぶら・さと う・ごまあぶら・じゃ がいも・オリーブゆ こめこ	もも・みかん・だいこん・も やし・きゅうり・たまねぎ・に んにく・にんじん・マッシュ ルーム・トマト	<b>1年生開始日</b> 12日(金) 光華小 玉川小 15日(月) 拝三小 16日(火) 成隣小 17日(水) 東小 共成小 中神小 拝一小 こんげつ ちいき しょうか <b>今月の地域の紹介</b> かん とう ち ほう <b>関東地方</b> 毎月テーマを決めて、日本各地の郷土料理や、地域の食文化を紹介する献立を提供していきます。今月は、東京都の「あしたば」や、栃木県の「ゆば」、群馬県の「こしね汁」を紹介します。 	
15月	しろごはん ぎゅうにゅう	さけのみそこうじやき ぶたにくとこんさいのもの ゆばいりすましじる		ぎゅうにゅう・さけ・み そ・ぶたにく・とうふ ゆば・ちくわ	こめ・あぶら・こんに やく・さといも・さ とう	しょうが・ごぼう・にんじん・ さやいんげん・だいこん・な がねぎ・こまつな		
16火	しろごはん ぎゅうにゅう	ホイコーロー ポップビーンズ はるさめスープ		ぎゅうにゅう・だいず・ ぶたにく・みそ・とりに く	こめ・こめこ・でんぶ ん・あぶら・さとう・ オイスターソース・こ まあぶら・はるさめ	にんにく・しょうが・たけの こ・にんじん・ピーマン・キャ ベツ・しいたけ・もやし・なが ねぎ		
17水	しろごはん ぎゅうにゅう	ちくわのあしたばこめこあげ パンパンジーソテー ごもくあんかけどんぐ		ぎゅうにゅう・ちくわ・ とりにく・ぶたにく・な まあげ	こめ・でんぶん・こめ こ・あぶら・ねりご ま・こんにやく・さと う・オイスターソ ース・こまあぶら	あしたば・にんにく・しょう が・もやし・きゅうり・しいた け・たけのこ・たまねぎ・にん じん・キャベツ・きピーマン・ ピーマン		
18木	しろごはん ぎゅうにゅう	さばのピリからやき いりどり こしねじる		ぎゅうにゅう・さば・と りにく・ぶたにく・なま あげ・みそ	こめ・あぶら・さと う・さといも・こんに やく	にんにく・しょうが・ながね ぎ・ごぼう・にんじん・たけの こ・さやいんげん・しいたけ・ <b>だいこん</b>		
19金	とうにゅうコッパン ぎゅうにゅう	とりにくのトマトソースがけ ツナコーンポテト やさいスープ		ぎゅうにゅう・とりに く・ツナ・ベーコン	パン・あぶら・さと う・でんぶん・じゃ がいも・オリーブゆ	にんにく・たまねぎ・トマト・ とうもろこし・にんじん・キャ ベツ・しょうが		
22月	わかめごはん ぎゅうにゅう	かつおのぼんすがけ にくじゃが にらたまスープ		わかめ・ぎゅうにゅう・ かつお・ぶたにく・とう ふ・たまご	こめ・でんぶん・こめ こ・あぶら・さとう・ しらたき・じゃがいも	しょうが・ゆず・にんじん・た まねぎ・さやいんげん・しいた け・えのきたけ・にら		
23火	しろごはん ぎゅうにゅう	チキンカレー (乳なし) やさいのせんぎりいため みかんかん		ぎゅうにゅう・ハム・と りにく	こめ・あぶら・じゃ がいも・こむぎこ・さと う	みかん・にんじん・ごぼう・ ピーマン・もやし・しょうが・ にんにく・たまねぎ・りんご・ トマト		
24水	しろごはん ぎゅうにゅう	ミックスビビンバ フライドポテト わかめスープ		ぎゅうにゅう・ぶたに く・だいず・みそ・とう ふ・わかめ	こめ・じゃがいも・あ ぶら・ごまあぶら・さ とう・でんぶん・いり ごま	にんにく・しょうが・たまね ぎ・しめじ・にんじん・もや し・しいたけ・えのきたけ・な がねぎ		
25木	ミルクコッパン ぎゅうにゅう	やきウインナー はるキャベツのサラダ コーンクリームシチュー		ぎゅうにゅう・ウイン ナー・とりにく	パン・あぶら・はちみ つ・じゃがいも・こむ ぎこ・バター・なまク リーム	キャベツ・にんじん・もやし・ きピーマン・たまねぎ・とうも ろこし・マッシュルーム		
26金	しろごはん ぎゅうにゅう	いかのたつたあげ やさいソテー じゃがいものみそじる		ぎゅうにゅう・いか・ハ ム・あぶらあげ・とう ふ・わかめ・みそ	こめ・こめこ・でんぶ ん・あぶら・じゃがい も	しょうが・にんにく・しめじ・ とうもろこし・もやし・たまね ぎ・えのきたけ・ながねぎ・ <b>こ まつな</b>		
30火	しろごはん ぎゅうにゅう	きびなごのからあげ いとこんにやくのきんぴら かんもじる		ぎゅうにゅう・きびな ご・とりにく・あぶらあ げ・みそ	こめ・でんぶん・こめ こ・あぶら・こんに やく・さとう・いりご ま・さつまいも	にんじん・さやいんげん・しめ じ・ごぼう・だいこん・えのき たけ		
材料等の都合により献立を変更する場合があります。予定以外の塩・しょうゆ・油を使用することがあります。献立に関するお問い合わせは TEL042-541-8041 昭島市学校給食共同調理場へどうぞ。					今月の栄養価 (基準値)	エネルギー(kcal) 608 (650)	たんぱく質(g) 25.9 (21.1~32.5)	

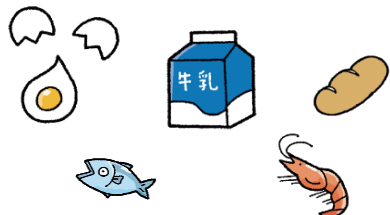
# お知らせ ~「食物アレルギー対応給食」及び「牛乳代金相当額の減額」について~

## ★食物アレルギー対応給食

食物アレルギーにより、学校給食が一部食べられない児童・生徒に対し、5品目を使用しない別献立による小・中学校共通の食物アレルギー対応給食を提供する制度です。

### 【対象とする原因食品】

- ①卵
- ②魚卵
- ③牛乳・乳製品 (料理使用分)
- ④えび
- ⑤小麦



### 【申請方法】

「食物アレルギー対応給食実施要綱」に基づき申請していただきます。申請を希望される方は栄養士、養護教諭又は担任教諭にご相談ください。

## ★牛乳代金相当額の減額

食物アレルギーなどにより、学校給食の牛乳が飲用できない児童・生徒の牛乳代金相当額を減額する制度です。

### 【申請方法】

- ①担任教諭に申請することを申し出てください。
  - ②担任教諭から申請書をお渡しいたします。
  - ③申請書に必要事項を記入し、担任教諭に提出してください。
  - ④申請が承認されると、学校長より保護者宛にその旨が通知されます。
- ※一度申請すると進級しても継続されますので、毎年申請書を提出する必要はありません。ただし、昭島市内の公立中学校へ進学する時は申請が必要です。
- ※牛乳飲用再開の場合は、担任教諭に申し出てください。担任教諭から再開に係る届出書をお渡しいたします。
- ※令和6年度の給食費は、無償化となるため差し引きはありません。

## ★学校給食で使用する食品について

学校給食で使用する食品は原材料としては使用していないにもかかわらず、アレルギーの特定原材料が意図せず最終製品に混入されてしまうことがあります。

- ①食品の製造工場内では、アレルギー物質を含んだ食品を使用・製造していることがあります。
- ②しらす、海藻等の海産物は、えび、かきが混ざる漁法で採取しています。
- ③かまぼこ等の原料になる魚は、えび、かきを食べています。
- ④給食の調理器具類や揚げ油は、共用しています。(アレルギー対応専用調理室では専用器具を使用します。)