

日曜	しゅしよく	りょうりめい	つけるもの	あかのしよくひん	きいろのしよくひん	みどりのしよくひん	びこう
	のみもの						
12金	ごはん ぎゅうにゅう	マーボー豆腐 まめじゃこ チンゲンサイのソテー		ぎゅうにゅう・ぶたにく・とうふ・みそ・だいす・かえりにほし	こめ・オイスターソース・なたねあぶら・さとう・ごまあぶら・でんぶん・いりごま	しょうが・にんにく・ながねぎ・にんじん・にら・ほししいたけ・チンゲンサイ・もやし・エリンギ	ぎゅうしよくのまは、しっかり石けんで手をあらいましょう。
15月	ごはん ぎゅうにゅう	とりにくのからあげ にあえっこ めったじる		ぎゅうにゅう・とりにく・あぶらあげ・とうふ・ぶたにく・みそ	こめ・でんぶん・なたねあぶら・さとう・さつまいも・こんにゃく	しょうが・にんにく・にんじん・ごぼう・だいこん・ながねぎ・たまねぎ・こまつな	 しっかり手を洗おう!
16火	コーンライス ぎゅうにゅう	さけのハーブやき ジャーマンポテト トマトスープ		ぎゅうにゅう・さけ・ベーコン・いんげんまめ	こめ・なたねあぶら・オリーブゆ・じゃがいも	たまねぎ・にんじん・とうもろこし・にんにく・キャベツ・マッシュルーム・トマト・しょうが	
17水	ごはん ぎゅうにゅう	バラやき だいこんのナムル はるさめスープ	ちゅうか ドレッシング	ぎゅうにゅう・ぶたにく・とりにく	こめ・ごまあぶら・さとう・はちみつ・いりごま・でんぶん・はるさめ	たまねぎ・ピーマン・にんにく・しょうが・だいこん・こまつな・にんじん・とうもろこし・キャベツ・ながねぎ・チンゲンサイ・きくらげ	 入学・進級おめでとう
18木	ごはん ぎゅうにゅう	かつおのごまがらめ にくじゃが ごじる 	しゅん しよくざい旬の食材かつお	ぎゅうにゅう・かつお・ぶたにく・だいす・みそ	こめ・でんぶん・なたねあぶら・さとう・いりごま・じゃがいも・しらたき・こんにゃく	しょうが・たまねぎ・にんじん・さやいんげん・こまつな・だいこん・ながねぎ	
19金	ビビンバ ぎゅうにゅう	だいがくいも とうふスープ		ぶたにく・ぎゅうにゅう・とうふ・ベーコン・わかめ	こめ・なたねあぶら・いりごま・さとう・ごまあぶら・さつまいも・みずあめ・でんぶん	にんにく・しょうが・だいすもやし・ほうれんそう・にんじん・ながねぎ・チンゲンサイ	15日(月) ・1年生給食開始 給食が始まります!楽しみにしててください。
22月	ごはん ぎゅうにゅう	なまあげのそぼろあんかけ ごもくまめ やさいのみそしる		ぎゅうにゅう・なまあげ・ぶたにく・だいす・こんぶ・とりにく・みそ	こめ・でんぶん・なたねあぶら・さとう・こんにゃく	ながねぎ・しょうが・にんじん・ごぼう・だいこん・こまつな	
23火	ごはん ぎゅうにゅう	いかのたつたあげ はるさめのいためもの チンゲンサイのスープ		ぎゅうにゅう・いか・ぶたにく・ベーコン	こめ・でんぶん・なたねあぶら・はるさめ・オイスターソース・ごまあぶら・いりごま	しょうが・にんにく・にんじん・キャベツ・にら・きくらげ・チンゲンサイ・たまねぎ・えのきたけ	15日(月) ・にあえっこ 青森県の、郷土料理です。
24水	カレーライス ぎゅうにゅう	さんしよくソテー ミックスフルーツ		とりにく・ぎゅうにゅう	こめ・じゃがいも・バター・こむぎこ・なたねあぶら	しょうが・にんにく・たまねぎ・にんじん・りんご・さやいんげん・とうもろこし・みかん・りんご	17日(水) ・バラやき 青森県の、ご当地グルメです。
25木	チーズパン ぎゅうにゅう	ポテトのキッシュ ペンネのトマトに かぼちゃのポタージュ		ぎゅうにゅう・たまご・ハム・チーズ・なまクリーム・ベーコン	チーズパン・じゃがいも・バター・マカロニ・オリーブゆ・さとう・こむぎこ・なたねあぶら	たまねぎ・にんじん・マッシュルーム・トマト・にんにく・とうもろこし・かぼちゃ	18日(木) ・ごじる 宮城県の、郷土料理です。
26金	わかめごはん ぎゅうにゅう	きびなごのからあげ キャベツとぶたにくの みそいため のっぺいじる 	しゅん しよくざい旬の食材キャベツ	わかめ・ぎゅうにゅう・きびなご・ぶたにく・みそ・とりにく・とうふ	こめ・いりごま・でんぶん・なたねあぶら・さとう・ごまあぶら・さといも	しょうが・にんにく・キャベツ・たまねぎ・にんじん・だいこん・こまつな・ながねぎ	26日(金) ・のっぺいじる 岐阜県、新潟県、奈良県、島根県、熊本県、宮城県などで食べられている郷土料理です。
30火	たけのこごはん ぎゅうにゅう	さばのしおやき じゃがいものそぼろに かきたまじる 	しゅん しよくざい旬の食材たけのこ	あぶらあげ・ぎゅうにゅう・さば・とりにく・たまご	こめ・さとう・なたねあぶら・じゃがいも・でんぶん	にんじん・たけのこ・しょうが・たまねぎ・グリーンピース・ながねぎ・ほうれんそう・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。 *献立に関するお問い合わせは、栄養士までお願いいたします。 *油は、米ぬか油、ひまわり油、菜種油のいずれかを使用します。 *予定以外の塩・しょうゆ・油・酒を使用することがあります。 *毎日の食材を あか・きいろ・みどりの栄養の色に分けています。 *バランスよく食べるための参考にしてください。				今月の栄養価 (基準値)		エネルギー(kcal) 609 (650)	たんぱく質(g) 26.3 (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

★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、かに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、かにを食べています。
- 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。)

問い合わせ先：田中小学校・栄養士

昭島市の学校給食では、食品表示法でアレルゲンを含む食品に関する表示が義務付けられている特定原材料と、表示が推奨されている食品の28品目のうち、かに、そば、落花生(ピーナッツ)、くるみ、あわび、いくら、キウイフルーツ、牛肉、バナナ、まつたけは使用しません。また、種実類については、ごま・栗・カカオを使用しています。(食品表示基準の一部改訂により、令和5年3月9日から、くるみが特定原材料に追加されました。令和7年3月31日までは経過措置期間です。)

上記以外のアレルギーがある方は、詳細な献立表をお渡ししますので栄養士等にご連絡ください。