

平成28年9月アレルギー特定原材料一覧表

※厚生労働省より表示義務および奨励されている特定原材料を表記

日	献立名・料理名	小麦	卵	乳	えび	かに	あわび	いか	いわし	オレシ	キウイフルーツ	牛肉	くま	さけ	大豆	鶏肉	豚肉	もも	まいたけ	たまご	りんご	ゼラチン	バナナ	カンノーナッツ	ゴマ
1	アジフライのオニオンソース野菜添え 大根の中華煮 ブロッコリーサラダ じゃがいものチーズ炒め	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
2	グリルドチキン ジャージャー麺 ごまつなの和え物 れんこんチップス	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
5	鶏肉のレモンソース ミートボール あいませ キャベツのバターコンソメ炒め	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
6	白身魚の揚げ照り ウインナーと野菜の炒めナムル ひじきのソテー きゅうりのピリ辛炒め	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
7	チキンバーガー フルーツ白玉 野菜のレモン風味 うずら卵のケチャップ和え	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
8	チンジャオロース 春雨サラダ 大学いも おかかあえ	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
9	鶏肉のゴマ揚げ カレーソテー 切干大根の煮物 もやしの甘酢	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
12	ホイコーロー ジャーマンポテト 高野豆腐のゴマ和え こんじやくのピリ辛炒め	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
13	鶏南蛮 金平ごぼう ナムル 梅干しのハチミツ煮	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
14	豚肉のパーベキューソース マカロニのペペロンチーノ コーンサラダ パイ	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●

日	献立名・料理名	小麦	卵	乳	えび	かに	あわび	いか	いわし	オレシ	キウイフルーツ	牛肉	くま	さけ	大豆	鶏肉	豚肉	もも	まいたけ	たまご	りんご	ゼラチン	バナナ	カンノーナッツ	ゴマ
15	ししゃもの唐揚げ へレカツ 里芋の煮物 みたらし団子	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
16	豚肉のみそ炒め エビとチンゲン菜の中華煮 海藻サラダ 揚げ大豆	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
20	豚ニラ炒め 中華和え ツナとじゃがいもの煮物 ちりめんこんじやく	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
21	シーフードスパゲティ ささみチーズフライ コールスローサラダ えのきと人参のサッパリ炒め	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
23	鮭の味噌だれ 厚揚げチャンプルー 茎わかめのサラダ いんげんのゴマ和え	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
26	メンチカツ 春雨の和え物 もやしとピーマンのゴマ和え じゃこ豆	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
27	チキンカレー 野菜炒め 竹輪のチロリアン揚げ ほうれんそうとコーンのサラダ 福神漬	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
28	白身魚のツナタルソース ナポリタン カラフルピクルス オクラのごまあえ	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
29	照り焼きハンバーグ 野菜サラダ ハムともやしのソテー カリカリゴボウ	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
30	鶏肉の梅酢揚げ ソーセージのトマト煮 ほうれん草と油揚げの炒めもの りんご	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●

～ 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	%	mg	mg	mg	mg	μg	mg	mg	mg	g	g
基準値	820	30	25～30	450	140	4.0	3.0	300	0.50	0.60	35	6.5	3.0未満

- ・毎週水曜日のパンには小麦粉、乳が使用されています。
- ・特定原材料の含む食品を使用した際には●をつけています。
- ・中学校給食で使用している調理機器類等は、業者の生産ラインと同一です。
- ・同一製造ラインで別製品を調理し、ときにアレルギー物質が揚げ油に溶出、もしくは混入する可能性があるため、揚げ油を使用した際には全ての特定原材料の項目に△をつけています。

- 自動払込の申請について
(給食を申込みだけで口座から引き落とされ、手数料もお得です！ご活用ください！)
自動払込みを希望する方は、必要事項を記入した自動払込利用申込書をゆうちょ銀行に提出してください。
提出後、ゆうちょ銀行と委託業者で手続きが完了次第(最大60日程度)、学校から自動払込完了通知が届きます。
手続きが完了したら、払込取扱票の配布はありません。また、給食を申込みなかった月の給食費は口座から引き落とされません。

「自動払込利用申込書の書き方」は記入例がありますので、中学校にお問い合わせください。
なお、「自動払込利用申込書」はゆうちょ銀行、中学校にあります。

■給食費の自動払込日

給食月	9月分	10月分	11月分	12月分	1月分	2月分	3月分
自動払込日	7/11(月)	9/16(金)	10/13(木)	11/9(水)	12/7(水)	1/12(木)	2/9(木)

■お問い合わせ

申込み等について	中学校へ
献立表又はアレルギー等について	和歌山市教育委員会学校教育課保健給食管理課 TEL 073-435-1137

～ 今月の一口メモ ～

夏休みが終わり、9月はいつもの通学するリズムに戻さなければなりません。規則正しい生活をおくることを心がけましょう。朝食晩と3食きっちり食べて、少しでも栄養バランスなど自分に必要なものを考えて、食事を楽しんでください。
今月はレモンソースやパーベキューソースなどの果実のソースや梅酢揚げ、鶏南蛮など酢を使ったさっぱりとした献立が多く登場しますので、しっかり食べて残暑をのりきってほしいと思います。

～ 今月の献立 ～

9月15日は「お月見の献立」です。お月見は旧暦の8月15日に行う行事です。旧暦というのは空の満ち欠けで日付を決めるもので、現在の暦とは違います。旧暦の8月15日は、「中秋の名月(十五夜)」といい、1年のうちでもっとも空が澄みわたり、月が明るく美しいとされています。月を祝うのは昔、収穫の作業が遅くまで続いたとき、明るく照らす満月に感謝したことから、満月に豊作を祈願する意味も込められています。

十五夜のお月見には団子や里芋、すずきをお供えます。給食の献立では、里芋の煮物やみたらし団子が登場し、玄米ご飯などのヘルシーなメニューになっています。ちなみに今年のお月見の名月は9月15日です。

また、今月の献立は27日がカレーの日で、チキンカレーが汁物の容器に温かい状態で入っていますので、ご飯の上にかけてください。パンの日では14日が変わりパンとして黒糖パンが登場し、7日はチキンカツをカットされたパンにはさんで、チキンバーガーにして食べてください。

