



12月号

札幌市立西岡北小学校・平岸高台小学校 令和7年11月28日(金)

食物アレルギー対応について

札幌市の小中学校では、「学校給食における食物アレルギー対応の手引き」にもとづき全市共通の食物アレルギー対応を行っています。

平岸高台小と西岡北小でも、先日食物アレルギー調査を行い、お子さんの食物アレルギーについてお知らせいただいたところです。全てのお子さんが安心して給食を食べ、楽しく給食時間を過ごすことができるよう、今後も学校の食物アレルギー対応に御協力をお願いいたします。

①食物アレルギーが分かったら…お早めに学校までお知らせください

学校では毎年秋に食物アレルギー調査を行っていますが、新しく食物アレルギーのある食材が判明した場合は、できるだけすぐに学校までお知らせください。調査時期以外であっても、必要に応じて電話で相談させていただいたり、書類の記入をお願いしたりして対応をすすめています。



②症状が出る食材については、「自己除去」等の対応をしています

食物アレルギーの症状が出ると判明した食材については、基本的にその後の給食で食べることはせず、「自己除去」等の対応をとっていただいています。除去が必要かどうか判断が難しいような場合は、医療機関での相談をおすすめします。



③医療機関の定期的な受診をおすすめしています

食物アレルギーについては、成長に伴って症状や食材が変化することも多くあります。血液検査の結果だけで除去の必要性を判断することはできないため、お子さんの症状等からも総合的に判断していくことが大切です。必要に応じてアレルギー専門医等を受診し、給食での対応について相談することをおすすめしています。



④食物アレルギーの症状が出なくなり、除去が不要となることもあります

成長に伴って、食物アレルギーのある食材が変化し、除去が不要となることもあります。不必要な除去を避けることは、適切な栄養量を摂取することに繋がります。除去が不要となった場合も、分かり次第学校までお知らせください。



⑤食物アレルギーのある食材について、お子さんと確認をお願いします

安全に給食を食べるためには、お子さん本人が自分の食物アレルギーについてよく理解していることも大切です。複数の食物アレルギーがある場合や、給食にでる頻度が少ない場合は特に分かりにくいようです。気付かず食べてしまうことがないよう、食物アレルギーのある食材について日頃から家庭でも御確認ください。給食だより裏面のこんだて一覧には主な使用食材も記載していますので、ぜひ活用してください。



12月1日～12月25日の予定献立

月 1日	火 2日	水 3日	木 4日	金 5日
ぶたミックスどん キャベツとあぶらあげの みそ汁 りんご	レーズンパン チキンクリームシチュー ほっけフライ パン缶	こんさいのスーパカレー ハムコーンサラダ	たぬきうどん チーズポテト みかん	しらすごはん こまつなとあつあげの みそ汁 コーンフライ
精白米 豚肉 小麦粉 厚揚げ 油 玉ねぎ たけのこ 人参 ピーマン ごま/キャベツ 油揚げ み そ/りんご/	レーズンパン 卵 スキムミルク /鶏 肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ パセリ 油 小麦粉 バター 牛乳 豆乳 スキムミルク チーズ/ほっけ 卵 小麦粉 パン粉 油/パン缶/	精白米 豚肉 にんにく じゃが いも 大根 人参 ごぼう 玉ね ぎ セリ りんご しょうが に んにく/ハム コーン キャベツ 砂糖 ごま油/	ワトめん えび あさり 人参 春菊 ごぼう 切干大根 ひじき 小麦粉 卵 鶏肉 つと ほうれ ん草 長ねぎ たもぎたけ しい たけ/じゃがいも 砂糖 バター チーズ 牛乳 油/みかん/	厚揚げ 小松菜 みそ/とうもろ こし パン粉 牛乳 小麦粉 植 物油脂 砂糖/
8日	9日	10日	11日	12日
ごはん とうふのトロトロに えびシュウマイ ナムル	ロールパン コーンクリームスープ 「しろはなまめコロッケ 十勝大豆コロッケ みかん どちらか 選びます	ごはん みそつみれ汁 牛肉とごぼうのきんぴら 納豆	にくうどん 冬至かぼちゃ べにまどんな	とりごぼうごはん さわらのオートミールフライ おひたし
精白米/豆腐 鶏肉 小松菜 長 ねぎ 人参 しょうが にんにく 油 砂糖 でん粉/えび たらす りみ 玉ねぎ 小麦粉 でん粉 大豆たんぱく/ほうれん草 もやし 人参 ごま/	ロールパン 卵 スキムミルク /コー ン パン粉 玉ねぎ 人参 パセリ 小 麦粉 バター 油 牛乳 豆乳 スキ ムミルク チーズ/白花生 じゃがいも 砂糖 バター スキムミルク パン粉 米 粉 小麦粉 油/じゃがいも 大 豆 玉ねぎ マーガリン スキムミルク 小 麦粉 パン粉 油/みかん/	精白米/すりみ 豆腐 大根 人 参 長ねぎ みそ/牛肉 あさり ごぼう 人参 油 ごま/	ワトめん 豚肉 油揚げ 人参 ほうれん草 しいたけ たもぎた け/かぼちゃ 白玉もち 小豆 砂糖/べにまどんな/	胚芽米 大麦 鶏肉 焼き豆腐 しょうが ごぼう 人参 油揚げ ごま 油/鯖 小麦粉 卵 オートミ ール パン粉 油/小松菜 もやし かつおぶし/
西岡北小振替休業日	リザーブ給食			
15日	16日	17日	18日	19日
ハヤシライス こまつなとベーコンのサラダ	ツイストパン イタリアンスープ フライドチキン フルーツゼリー	ごはん さつま汁 さばのソースやき いそあえ	みそラーメン きなこポテト べにまどんな	ビビンバ ひじき入りはるまき おうとうかん
精白米 豚肉 玉ねぎ 人参 じゃがいも セリ しょうが に んにく マッシュルーム ケリンピー 小麦粉 油/小松菜 ベーコン もやし 油 ごま/	ツイストパン 卵 スキムミルク/ベー コン じゃがいも 玉ねぎ 人参 コー ン パセリ マカロニ/鶏肉 牛乳 にんに く 小麦粉 でん粉 油/みかん 缶 もも缶 パイン缶 なし缶 り んご缶 りんごジュース 砂糖 寒 天/	精白米/豚肉 さつまいも 豆腐 こんにやく 人参 大根 ごぼう 長ねぎ みそ/さば しょうが 小麦粉 でん粉 油/小松菜 も やし のり/	ワトめん 豚肉 ママ しょうが にんにく つと もやし 玉ねぎ 長ねぎ ほうれん草 くきわかめ ごま/じゃがいも きなこ 砂糖 油/べにまどんな/	胚芽米 大麦 豚肉 豆腐 ママ 長ねぎ しょうが にんにく 人 参 ほうれん草 もやし ごま/ ひじき 豚肉 人参 たけのこ オスターソース 小麦粉 でん粉 油/ 黄桃缶/
給食週間				
22日	23日	24日	25日	
ごはん ローベントン さけフライ・ソース りんご	くろコッペパン カレークリームシチュー あさりのサラダ パン缶	ごはん にくじゃが さんまスパイスあげ のりとあさりのつくだに	シーフードカレーピラフ とうふナゲット ・ケチャップソース いちごのデザート	
精白米/豚肉 しょうが 人参 白菜 干しいたけ たけのこ 長 ねぎ/鮭 小麦粉 パン粉 油/り んご/	くろコッペパン 卵 スキムミルク/豚 肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ パセリ 小麦粉 バター チーズ スキム ミルク 牛乳 豆乳/あさり しょう が きゅうり キャベツ 人参 ご ま/パン缶/	精白米/豚肉 じゃがいも 大豆 玉ねぎ 人参 白滝 切干大根 しいたけ さやいんげん/さんま しょうが にんにく 小麦粉 で ん粉 油/あさり しょうが の り ひじき 水あめ/	胚芽米 大麦 バター ベーコン え び あさり いちか 人参 玉ねぎ マッシュルーム パセリ ケリンピー 豆腐 鶏肉 玉ねぎ 卵 でん粉 油/いちご いちご果汁 砂糖 ゲル化剤/	

*牛乳は毎日 200mL が 1 個付きます。

*市場への入荷状況により、野菜や果物が変更になる場合もありますので御了承ください。

*海産物(ししゃも・わかめ・昆布など)には小さなえび・かにが混入している場合があります。

*食物アレルギーにかかわらない調味料・だしについては表示していないものがあります。より詳細な使用食材を知りたい場合は、別途資料をお渡ししています。御希望の方は学校にお知らせください。

12/15～12/19 給食週間があります

今年度も「きゅうしょくクエスト」の取組を行います。

取組を通して自分の給食の食べ方をふり返ったり、成長にかかわる栄養素について考えたりする機会をもつことをねらいとしています。

