

自分でも、チェックをしよう

中学校生徒用

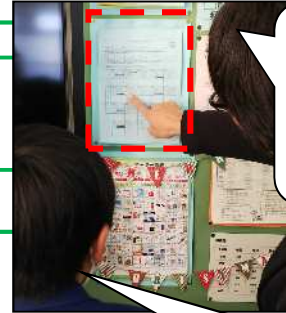
登校前
(家)

家を出る前に、当日の給食について確認をし、食べられない献立がある場合は、持参品の忘れがないようにする。

登校後・朝学活

先生と一緒にアレルギー献立チェック表を見て持参品・除去食についてチェックする。

<持参品にチェックがある場合>
持参品を持ってきているかどうかの確認をする。



今日の給食で注意するところをチェックしよう

〇〇が入っているので、この献立は食べません。

給食準備時間

配食時は、最初に配膳してもらう。(食べることができない献立が配膳されないように給食当番にも伝えておく。)

持参品がある場合は、配膳前に机の上に忘れずに置く。



除去食は、自ら給食室へ**すみやかに**取りに行き、食べることができない献立が誤って配膳されていた場合は給食当番へ伝える。

給食開始

アレルギー献立チェック表を見てアレルギーが入っていないのを確認！

×：食べられない、●：アレルギーは含まれるが食べてもよい(食べられる)があるので、おかわりしません！

喫食開始合図前に、先生と一緒に次のことを確認する。

- ・誤配がないか
- ・おかわりができるかできないか



いつもと違って「あれ？変だな？」と感じたら…

食物アレルギーかもしれないと感じたときは…迷わずすぐにまわりの人や先生に知らせよう！！

見ておこう！おやつなどの食品表示！

加工された食品は、見た目では中身がわからないので、何が入っているか表示することが義務付けられています。

<加工食品の表示例>

名称	スナック菓子(その商品の名前)
原材料	小麦・大豆・卵(何が入っているか)
内容量	50g(どれくらいの量が入っているか)
賞味期限	2026年12月(賞味期限と消費期限がある)
保存方法	直射日光、高温多湿を避けてください(どのように保存するか)
製造者	西宮スナック会社(誰が作ったか)
本品に含まれているアレルギー・・・小麦・卵・大豆	

**ここを必ず見る
ことが大事です。
普段から注意し
て見てみよう。**