

2024年12月 神戸市中学校給食献立・アレルギー特定原材料一覧表

日付	曜日	料理名	食材	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くまみ
16	月	ポークビーンズ	豚肉スライス・水煮大豆・じゃがいも〔角小〕・にんじん・玉ねぎ・グリーンピース・なたね油・神戸市内産オニオンソテー・ポークブイヨン・ホールトマト・砂糖・トマトケチャップ・パプリカ・ウスターソース・料理ワイン・塩・こしょう								
		焼鳥風煮	鶏肉皮付・鶏レバー・白ねぎ・おろししょうが・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒・かたくり粉			●					
		キャベツの甘酢あえ	キャベツ・にんじん・ホールコーン・砂糖・酢・塩								
		アセロラミニゼリー	アセロラゼリー								
17	火	マスのから揚げ	マス・塩・こしょう・かたくり粉・米粉・なたね油								
		アスパラのソテー	アスパラガス・なたね油・塩・こしょう								
		大根のうま煮	大根・鶏肉皮付・竹輪〔きざみ〕・にんじん・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒・削り節〔だし用〕			●					
		カレー肉そぼろ	牛肉ひき肉・にんじん・玉ねぎ・グリーンピース・なたね油・トマトケチャップ・ウスターソース・料理ワイン・塩・こしょう・ガーリック・カレー粉								
		すまし汁〔兵庫区・長田区・西区〕	わかめ・ゆば・うすくちしょうゆ・塩・削り節〔だし用〕			●					
18	水	豚肉のなんばんづけ	豚肉カット〔もも〕・こいくちしょうゆ・料理酒・かたくり粉・なたね油・にんじん・玉ねぎ・砂糖・こいくちしょうゆ・酢・かたくり粉			●					
		じゃがいものうま煮	じゃがいも〔角小〕・鶏肉皮付・さやいんげん・おろししょうが・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒・削り節〔だし用〕			●					
		チンゲン菜とツナの炒め物	マグロ野菜スープ煮・チンゲン菜・にんじん・白ごま・ごま油・こいくちしょうゆ・みりん			●					
		すまし汁〔灘区〕	わかめ・ゆば・うすくちしょうゆ・塩・削り節〔だし用〕			●					
19	木	鶏肉のから揚げ	鶏肉皮付・おろししょうが・こいくちしょうゆ・料理酒・かたくり粉・米粉・なたね油			●					
		キャベツとコーンのソテー	キャベツ・ホールコーン・なたね油・こいくちしょうゆ・塩・こしょう			●					
		チャプチェ	豚肉糸切・砂糖・こいくちしょうゆ・緑豆春雨・にんじん・たけのこ水煮〔短冊〕・干しいたけ・パプリカ〔黄スライス〕・おろししょうが・なたね油・砂糖・うすくちしょうゆ・オイスターソース			●					
		きゅうりのおかかあえ	きゅうり・えのきたけ・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・酢・かつお節			●					
		すまし汁〔東灘区・北区・須磨区・垂水区〕	わかめ・ゆば・うすくちしょうゆ・塩・削り節〔だし用〕			●					
20	金	サワラのレモン風味焼き	サワラ・料理酒・レモン果汁・みりん・こいくちしょうゆ・なたね油			●					
		いんげんとベーコンのソテー	さやいんげん・カットベーコン・なたね油・塩・こしょう								
		かぼちゃのそぼろあんかけ	かぼちゃ・なたね油・鶏肉皮引ひき肉・玉ねぎ・おろししょうが・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒・かたくり粉・削り節〔だし用〕			●					
		ひじきと油揚げの煮物	ひじき・きざみ油揚げ・にんじん・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒・削り節〔だし用〕			●					
23	月	ベジタブルカレー	ベジタブルカレー								
		ささみカツ	ささみカツ〔40g〕・なたね油			●					
		きゅうりと大根のツナあえ	きゅうり・大根・にんじん・マグロ油漬・なたね油・こいくちしょうゆ・みりん			●					
		カリフラワーとベーコンのソテー	カットベーコン・カリフラワー・なたね油・塩・こしょう								
24	火	すき焼き	牛肉スライス・焼き豆腐・にんじん・白菜・白ねぎ・糸こんにゃく・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒			●					
		竹輪のいそべ揚げ	竹輪〔1/4カット〕・小麦粉・あおさ・なたね油			●					
		里いもとイカのうま煮	冷凍さといも〔カット〕・イカ・料理酒・にんじん・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・みりん・削り節〔だし用〕			●					
		みかんゼリー	みかんゼリー								

中学生一食あたり平均栄養量

エネルギー	たんぱく質	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量
801kcal	33.2g	317mg	106mg	3.9mg	395 μ gRAE	0.51mg	0.57mg	37mg	4.5g	2.4g

- ご飯(約220g・342kcal)と牛乳(200ml・126kcal)が毎回ついています。
- 調理場では別の調理等も行っており、コンタミネーション(微量混入)の可能性があります。
- 特定原材料8品目を使用したり、加工食品の原材料として使用したりする可能性がある場合は、「●」を表示しています。
- 各学校に提供する給食食材の詳細情報は、神戸市中学校給食のホームページの「使用食品一覧表」でご確認ください。