

# 2025年1月 神戸市中学校給食献立・アレルギー特定原材料一覧表

2地区

年 組 名前

◆飲用牛乳のチェック  をしてください。

飲む  飲まない

アレルギーチェック欄記入方法：  =食べる  =食べない(代替食も持参しない)  =代替食持参  =卵除去食希望(対応料理のみ)

※今月は「卵除去対応料理」はありません。

日付	アレルギー	料理名	食 材	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ
7 火		ごはん	精白米								
		和風ハンバーグ	豆腐入チキンハンバーグ・なたね油(いため用)・チキンブイヨン(濃縮)・砂糖・濃口醤油・料理酒・みりん・片栗粉			●					
		カレー肉そば	冷凍牛肉ひき肉・にんじん・たまねぎ・冷凍グリーンピース・なたね油(いため用)・トマトケチャップ・ウスターソース・料理ワイン・塩・胡椒・ガーリック・カレー粉・塩								
	沢煮椀	冷凍豚肉糸切・冷凍こまつな・じゃがいも・にんじん・ごぼう・冷凍えのきたけ・おろししょうが・淡口醤油・料理酒・みりん・塩・胡椒・だしパック・塩			●						
8 水		ごはん	精白米								
		アカウオのからあげ	あかうお・塩・胡椒・片栗粉・米粉・なたね油(揚げ用)								
		さつまいもと栗の甘煮	冷凍さつまいも・栗甘露煮・砂糖・塩								
	白みそ雑煮	もち・冷凍鶏肉皮引・料理酒・冷凍さといも・にんじん・冷凍ほうれんそう・だいこん・合わせみそ・白みそ・だしパック・塩									
9 木		パン	コッペパン			●					
		牛肉とアスパラのオイスター炒め	冷凍牛肉糸切・冷凍アスパラガス・たまねぎ・なたね油(いため用)・料理酒・塩・胡椒・砂糖・オイスターソース・塩								
		ポークコロッセ	ポークコロッセ・なたね油(揚げ用)			●					
	豆腐と野菜のスープ	冷凍豆腐・にんじん・ほうれんそう・たまねぎ・干しいたけ・ポークブイヨン・淡口醤油・塩・胡椒・塩			●						
10 金		ごはん	精白米								
		おかかふりかけ	ふりかけ								
		鶏肉の黒糖煮	冷凍鶏肉皮付・にんじん・たまねぎ・国産冷凍ピーマンスライス・なたね油(いため用)・合わせみそ・黒砂糖・濃口醤油・みりん・料理酒・片栗粉・塩			●					
	キャベツとツナのソテー	まぐろ油漬・キャベツ・おろししょうが・なたね油(いため用)・濃口醤油・みりん・料理酒・塩			●						
	ひじきとコーンの煮物	ひじき・冷凍ホールコーン・ポークハム・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・だしパック・塩			●						
14 火		ごはん	精白米								
		ビーフカレー	冷凍牛肉・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・冷凍グリーンピース・なたね油(いため用)・カレールウ・ポークブイヨン・トマトケチャップ・ウスターソース・料理ワイン・塩			●					
		ささみカツ	ポテトとお米のささみカツ・なたね油(揚げ用)								
	いんげんのおかかあえ	冷凍さやいんげん・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・かつお節・塩			●						
15 水		ごはん	精白米								
		豚肉と厚揚げのみそ炒め	冷凍豚肉・冷凍生揚げ・キャベツ・たまねぎ・冷凍パプリカ・なたね油(いため用)・料理酒・合わせみそ・砂糖・濃口醤油・塩			●					
		春雨中華サラダ	緑豆春雨・チキンハム・にんじん・きゅうり・冷凍ホールコーン・なたね油(いため用)・塩								
	中華ドレッシング	中華ドレッシング			●						
	ツナポテト	まぐろ油漬・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・乾燥パセリ・なたね油(いため用)・塩・胡椒・塩									
16 木		ごはん	精白米								
		鶏肉の照り焼き	冷凍鶏肉皮付・濃口醤油・砂糖・料理酒・おろししょうが・なたね油(いため用)・濃口醤油・砂糖・みりん・片栗粉			●					
	カリフラワーのカレーマリネ	冷凍カリフラワー・砂糖・酢・塩・カレー粉・塩									
	豚汁	冷凍豚肉・じゃがいも・にんじん・ごぼう・青ねぎ・合わせみそ・だしパック									
17 金		ごはん	精白米								
		ユーリンチー	冷凍鶏肉皮付・濃口醤油・料理酒・片栗粉・なたね油(揚げ用)・白ねぎ・おろししょうが・砂糖・濃口醤油・酢・オイスターソース・おろしにんにく			●					
		小松菜のごま風味炒め	冷凍こまつな・冷凍油揚げ・にんじん・白胡麻・胡麻油・濃口醤油・みりん・塩			●					
	チンゲン菜とコーンのスープ	チンゲンサイ・冷凍豚肉・にんじん・たまねぎ・冷凍ホールコーン・なたね油(いため用)・ポークブイヨン・淡口醤油・料理酒・塩・胡椒			●						
20 月		ごはん	精白米								
		マーボー豆腐	冷凍豆腐・冷凍牛肉ひき肉・にんじん・たまねぎ・たけのこ水煮・青ねぎ・干しいたけ・おろししょうが・なたね油(いため用)・料理酒・合わせみそ・砂糖・濃口醤油・トウバンジャン・片栗粉			●					
		揚げ春巻	春巻・なたね油(揚げ用)			●					
	キャベツとコーンのソテー	キャベツ・冷凍ホールコーン・にんじん・なたね油(いため用)・濃口醤油・塩・胡椒・塩			●						
21 火		ごはん	精白米								
		つくだに(ひじきのり)	つくだに(ひじきのり)			●					
		アジのつけ焼き	あじ・料理酒・みりん・濃口醤油・なたね油(いため用)			●					
		さつまいものうま煮	冷凍さつまいも・冷凍鶏肉皮付・冷凍さやいんげん・おろししょうが・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・料理酒・だしパック・塩			●					
	ビーフンスープ	ビーフン・冷凍豚肉糸切・にんじん・ほうれんそう・はくさい・干しいたけ・ポークブイヨン・淡口醤油・料理酒・塩・胡椒・塩			●						

# 2025年1月 神戸市中学校給食献立・アレルギー特定原材料一覧表

2地区

年 組 名前

◆飲用牛乳のチェック  をしてください。

飲む  飲まない

アレルギーチェック欄記入方法： =食べる  =食べない(代替食も持参しない)  =代替食持参  =卵除去食希望(対応料理のみ)

※今月は「卵除去対応料理」はありません。

日付	アレルギー	料理名	食材	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ
22水		ごはん	精白米								
		タッカンジョン	冷凍鶏肉皮付・おろしにんにく・濃口醤油・みりん・片栗粉・米粉・なたね油(揚げ用)・砂糖・濃口醤油・酢・コチジャン			●					
		大根のナムル トッパ	だいごん・きゅうり・白胡麻・なたね油(いため用)・胡麻油・濃口醤油・塩 トッパ・冷凍牛肉ひき肉・にんじん・たまねぎ・たけのこ水煮・青ねぎ・おろしにんにく・なたね油(いため用)・ポークパイオン・淡口醤油・塩・胡椒			●					
23木		パン	コッペパン			●					
		ポークビーンズ	冷凍豚肉・だいご水煮・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・冷凍グリーンピース・なたね油(いため用)・ポークパイオン(濃縮)・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・胡椒・塩			●					
		平つくねの照り焼き ポイルブロッコリー 青じそドレッシング	キャベツ入り平つくね・なたね油(いため用)・おろししょうが・砂糖・濃口醤油・みりん・片栗粉 冷凍ブロッコリー・塩 青じそドレッシング			●					
24金		ごはん	精白米								
		サケのフライ	さけフライ・なたね油(揚げ用)			●					
		タルタルソース(卵抜き)	タルタルソース(卵抜き)								
		五目豆 鶏肉のしょうが汁	だいご水煮・冷凍豚肉糸切・冷凍油揚げ・にんじん・つきこんにゃく・砂糖・濃口醤油・料理酒・だしパック・塩 冷凍鶏肉皮引・料理酒・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・キャベツ・青ねぎ・おろししょうが・淡口醤油・塩・胡椒・だしパック			●					
27月		ごはん	精白米								
		鶏肉のみそ焼き 肉じゃが	冷凍鶏肉皮付・合わせみそ・料理酒・みりん・なたね油(いため用) 冷凍豚肉・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・冷凍さやいんげん・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・料理酒・塩・だしパック・塩			●					
		白菜の煮びたし	はくさい・竹輪・にんじん・砂糖・濃口醤油・だしパック			●					
28火		ごはん	精白米								
		筑前煮	冷凍鶏肉皮付・冷凍がんもどき・にんじん・たけのこ水煮・冷凍さやいんげん・角こんにゃく・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・料理酒・だしパック・塩			●					
		ブロッコリーのごま酢あえ 春雨スープ	冷凍ブロッコリー・にんじん・白胡麻・砂糖・酢・塩・塩 緑豆春雨・冷凍豚肉・にんじん・ほうれんそう・たまねぎ・干しいたけ・おろししょうが・なたね油(いため用)・ポークパイオン・淡口醤油・料理酒・塩・胡椒・塩			●					
		アップルミニゼリー	アップルゼリー								
29水		ごはん	精白米								
		厚揚げと牛肉のピリ辛みそ炒め	冷凍生揚げ・冷凍牛肉・濃口醤油・料理酒・にんじん・青ねぎ・たけのこ水煮・国産冷凍ピーマンスライス・おろししょうが・なたね油(いため用)・料理酒・チキンパイオン(濃縮)・合わせみそ・砂糖・濃口醤油・トウバンジャン・片栗粉			●					
		五色きんぴら かぼちゃのふくめ煮	冷凍豚肉糸切・ごぼう・にんじん・冷凍さやいんげん・つきこんにゃく・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・料理酒・塩 冷凍かぼちゃ皮付・砂糖・濃口醤油・料理酒・だしパック			●					
30木		パン	コッペパン			●					
		メープルジャム	メープルジャム								
		牛肉と揚げじゃがのケチャップソース	冷凍牛肉・おろししょうが・濃口醤油・料理酒・じゃがいも・なたね油(揚げ用)・にんじん・冷凍グリーンピース・なたね油(いため用)・砂糖・トマトケチャップ・ウスターソース・塩			●					
		カリフラワーとベーコンのソテー 大根とツナのごまサラダ ごまドレッシング	カットベーコン・冷凍カリフラワー・なたね油(いため用)・塩・胡椒・塩 まぐろ油漬・だいごん・にんじん・きゅうり・なたね油(いため用)・塩 ごまドレッシング			●					
31金		ごはん	精白米								
		サワラのたつた揚げ	さわら・おろししょうが・濃口醤油・料理酒・片栗粉・なたね油(揚げ用)			●					
		黒豆 かす汁	黒豆煮豆 冷凍豚肉・冷凍油揚げ・にんじん・だいごん・青ねぎ・つきこんにゃく・塩・酒かす・合わせみそ・淡口醤油・だしパック			●					
		ゆずゼリー	ゆずゼリー								

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
	818kcal	34.0g	327mg	111mg	4.0mg	337μgRAE	0.52mg	0.58mg	40mg	7.3g	2.7g

- 平均栄養量には牛乳(200ml・126kcal)が含まれています。
- 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)の可能性あります。
- 揚げ油については、複数回使用しています。
- 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。