

2025年5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	くるみ
1	木	サワラの香味焼き	サワラ・なたね油・こいくちしょうゆ・砂糖・料理酒・おろししょうが・ガーリック			●					
		アスパラのおかかソテー	アスパラガス・なたね油・こいくちしょうゆ・みりん・かつお節			●					
		若竹煮	わかめ・たけのこ水煮(乱切り)・鶏肉皮付・にんじん・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒・塩・削り節(だし用)			●					
		肉豆腐	牛肉スライス・焼き豆腐・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・削り節(だし用)			●					
		かしわもち	かしわもち								
2	金	ベジタブルカレー	ベジタブルカレー								
		ミニポークミンチカツ	ポークミンチカツ・なたね油			●					
		白菜の甘酢あえ	白菜・蒸しささみ・にんじん・ほうれん草・砂糖・酢・塩								
		きんぴら大根	大根・にんじん・きざみ油揚げ・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒			●					
7	水	鶏肉とコーンのトマト煮	鶏肉皮付・玉ねぎ・にんじん・グリーンピース・ホールコーン・神戸市内産オニオンソテー・おろしにんにく・なたね油・チキンブイヨン・ホールトマト・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								
		ツナポテト	マグロ油漬・じゃがいも(角小)・玉ねぎ・にんじん・パセリ・なたね油・塩・こしょう								
		ブロッコリーのスープ煮	ブロッコリー・ポークブイヨン・うすくちしょうゆ			●					
		おかかふりかけ	ふりかけ【おかか】								
8	木	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								
		チンゲン菜のこんぶ炒め	チンゲン菜・にんじん・きざみ油揚げ・きざみ塩こんぶ・白ごま・ごま油・こいくちしょうゆ			●					
		パプリカのマリネ	パプリカ(赤スライス)・パプリカ(黄スライス)・ポークハム・大根・なたね油・砂糖・酢・塩			●					
		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								
9	金	豚肉とじゃがいもの炒め煮	豚肉スライス・じゃがいも・なたね油・にんじん・さやいんげん・つきこんにゃく・おろししょうが・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒			●					
		小松菜のじゃこ炒め	小松菜・きざみ油揚げ・シラス干し・白ごま・ごま油・こいくちしょうゆ・みりん			●			●	●	
		キャベツのゆかりあえ	キャベツ・なたね油・うすくちしょうゆ・みりん・ゆかり粉			●					
12	月	ハンバーグのトマトソースかけ	豆腐入チキンハンバーグ・なたね油・トマトソース								
		ペンネソテー	ペンネマカロニ・なたね油・パセリ			●					
		大根とツナのごまサラダ	マグロ油漬・大根・にんじん・きゅうり・なたね油・ごまドレッシング			●					
		ほうれん草とコーンのソテー	ほうれん草・ホールコーン・なたね油・こいくちしょうゆ・みりん			●					
13	火	大和煮	牛肉スライス・水煮大豆・じゃがいも(角小)・にんじん・たけのこ水煮(短冊)・つきこんにゃく・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒・削り節(だし用)			●					
		ワカサギのから揚げ	ワカサギ・米粉・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒			●					
		キャベツと豚肉のソテー	豚肉スライス・キャベツ・料理酒・なたね油・塩・こしょう・ポークブイヨン・ウスターソース								
14	水	鶏肉の照り焼き	鶏肉皮付・こいくちしょうゆ・砂糖・料理酒・おろししょうが・なたね油・こいくちしょうゆ・砂糖・みりん・かたくり粉			●					
		ほうれん草とベーコンのソテー	ほうれん草・カットベーコン・なたね油・うすくちしょうゆ・こしょう			●					
		厚揚げとチンゲン菜の炒め煮	生揚げ(小)・チンゲン菜・しめじ・なたね油・トウバンジャン・料理酒・砂糖・こいくちしょうゆ・酢			●					
		牛肉とごぼうのきんぴら	牛肉糸切・ごぼう(せん切り)・さやいんげん・つきこんにゃく・なたね油・料理酒・砂糖・こいくちしょうゆ			●					
15	木	ホキのケチャップソース	ホキ・料理酒・塩・こしょう・小麦粉・なたね油・ケチャップソース			●					
		いんげんのおかかあえ	さやいんげん・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・かつお節			●					
		さつまいもと豚肉のしょうが煮	さつまいも(乱切り)・豚肉スライス・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)			●					
		小松菜のごま風味炒め	小松菜・きざみ油揚げ・にんじん・白ごま・ごま油・こいくちしょうゆ・みりん			●					
16	金	豚肉のマスタード炒め	豚肉スライス・玉ねぎ・にんじん・なたね油・粒マスタード・こいくちしょうゆ・みりん・料理酒・塩・こしょう			●					
		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			●					
		ほうれん草の煮びたし	ほうれん草・さつま揚げスライス・砂糖・こいくちしょうゆ・削り節(だし用)			●					
19	月	平つくねの照り焼き	神戸市内産キャベツ入り平つくね・なたね油・おろししょうが・砂糖・こいくちしょうゆ・みりん・かたくり粉			●					
		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								
		小松菜とたくあん炒め物	小松菜・きざみたくあん(白)・千切りかまぼこ・なたね油・こいくちしょうゆ・みりん			●					
		ほうれん草のおひたし	ほうれん草・こいくちしょうゆ・削り節(だし用)			●					
		アセロラゼリー	アセロラゼリー								

2025年5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	くるみ
20	火	豚肉と厚揚げのピリ辛炒め	豚肉スライス・生揚げ〔大〕・チンゲン菜・にんじん・ピーマン・玉ねぎ・ホールコーン・なたね油・塩・こしょう・料理酒・ポークブイヨン・こいくちしょうゆ・はちみつ・トウバンジャン・コチジャン			●					
		さつまいものうま煮	さつまいも〔乱切り〕・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〕			●					
		くきわかめの煮物	くきわかめ・シラス干し・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒			●			●	●	
21	水	アジのつけ焼き	アジ・料理酒・みりん・こいくちしょうゆ・なたね油			●					
		キャベツとツナのソテー	マグロ油漬・キャベツ・おろししょうが・なたね油・こいくちしょうゆ・みりん・料理酒			●					
		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			●					
		ブロッコリーのガーリック炒め	ブロッコリー・ポークハム・ガーリック・なたね油・塩			●					
22	木	牛肉と揚げじゃがのケチャップソース	牛肉スライス・おろししょうが・こいくちしょうゆ・料理酒・かたくり粉・じゃがいも・なたね油・にんじん・グリーンピース・なたね油・砂糖・トマトケチャップ・ウスターソース			●					
		かぼちゃと鶏だんごのうま煮	かぼちゃ・兵庫県産鶏つくね・おろししょうが・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒・削り節〔だし用〕			●					
		ひじきとコーンの煮物	ひじき・ホールコーン・ポークハム・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・削り節〔だし用〕			●					
		えごまふりかけ	ふりかけ〔えごま〕								
23	金	ユーリンチー	鶏肉皮付・こいくちしょうゆ・料理酒・かたくり粉・なたね油・白ねぎ・おろししょうが・砂糖・こいくちしょうゆ・酢・オイスターソース・おろしにんにく			●					
		きゅうりのピクルス	きゅうり・にんじん・砂糖・塩・酢								
		チンゲン菜としめじの中華サラダ	チンゲン菜・キャベツ・しめじ・ホールコーン・中華ドレッシング			●					
		五目豆	水煮大豆・豚肉糸切・きざみ油揚げ・にんじん・つきこんにゃく・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒・削り節〔だし用〕			●					
26	月	ハッシュドビーフ	ハッシュドビーフ								
		にんじんコロッケ	にんじんコロッケ・なたね油			●					
		チンゲン菜とツナの炒め物	マグロ油漬・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			●					
		キャベツの甘酢あえ	キャベツ・にんじん・砂糖・酢・塩								
27	火	豚肉のみそ野菜炒め	豚肉スライス・にんじん・キャベツ・たけのこ水煮〔短冊〕・ホールコーン・干しいたけ・おろししょうが・なたね油・料理酒・合わせみそ・砂糖・こいくちしょうゆ			●					
		じゃがいものそばろあんかけ	じゃがいも〔角小〕・なたね油・鶏肉皮付ひき肉・玉ねぎ・にんじん・おろししょうが・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒・かたくり粉・削り節〔だし用〕			●					
		小松菜とさつま揚げの煮びたし	小松菜・さつま揚げスライス・砂糖・こいくちしょうゆ・削り節〔だし用〕			●					
28	水	揚げ春巻	春巻・なたね油			●					
		揚げエビしゅうまい	エビしゅうまい・なたね油			●			●		
		マーボー豆腐	豆腐・牛肉ひき肉・にんじん・玉ねぎ・たけのこ水煮〔短冊〕・青ねぎ・干しいたけ・おろししょうが・なたね油・料理酒・ポークブイヨン・合わせみそ・砂糖・こいくちしょうゆ・トウバンジャン・かたくり粉			●					
		きゅうりの中華づけ	きゅうり・えのきたけ・ごま油・砂糖・こいくちしょうゆ・酢・白ごま			●					
29	木	鶏肉のピリ辛煮	鶏肉皮付・玉ねぎ・にんじん・ピーマン・おろししょうが・なたね油・料理酒・砂糖・こいくちしょうゆ・トウバンジャン・かたくり粉			●					
		もやしのナムル	だいずもやし・小松菜・ポークハム・白ごま・なたね油・ごま油・こいくちしょうゆ			●					
		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〕			●					
30	金	アカウオのから揚げ	アカウオ・塩・こしょう・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・にんじん・なたね油・こいくちしょうゆ・塩・こしょう			●					
		豚肉とブロッコリーのカレー炒め	豚肉スライス・ブロッコリー・にんじん・なたね油・砂糖・トマトケチャップ・ウスターソース・カレー粉・料理酒・塩・こしょう・ガーリック								
		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〕			●					
		はちみつレモンゼリー	はちみつレモンゼリー								

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
802kcal	31.2g	339mg	109mg	3.6mg	428μgRAE	0.50mg	0.57mg	34mg	4.8g	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。