

2023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
1	月	平つくねのお好み焼き風(ウスターソース)	キャベツ入り平つくね・なたね油・ウスターソース(小袋)							
		小松菜とたくあん炒め物	小松菜・きざみたくあん・なたね油・こいくちしょうゆ・みりん			●				
		チンゲン菜とれんこんのソテー	チンゲン菜・れんこん(半切)・豚肉スライス・なたね油・料理酒・塩・こしょう・オイスターソース							
		カレー肉そば	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							
2	火	豚肉とキャベツの中華炒め	豚肉スライス・キャベツ・にんじん・たけのこ水煮(短冊)・干しいたけ・ホールコーン・白ごま・なたね油・ごま油・ポークブイヨン・砂糖・こいくちしょうゆ・酢・料理酒・塩・かたくり粉			●				
		炒り豆腐	豆腐・鶏肉皮引・にんじん・玉ねぎ・グリーンピース・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・塩			●				
		ひじきとツナの煮物	ひじき・マグロ油漬・さやいんげん・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							
8	月	ハッシュドビーフ	ハッシュドビーフ							
		エビカツ	エビカツレツ・なたね油			●			●	
		豚肉とブロッコリーの炒め物	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・料理酒・塩・こしょう・ガーリック							
		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)・チキンウイナーズスライス・アスパラガス・なたね油・砂糖・酢・塩							
9	火	焼鳥風煮	鶏肉皮付・鶏レバー・白ねぎ・れんこん(半切)・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			●				
		牛肉の煮物	牛肉スライス・にんじん・玉ねぎ・青ねぎ・おろししょうが・干しいたけ・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)			●				
		ほうれん草の煮びたし	ほうれん草・うめペースト・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒・かつお節			●				
		えごまふりかけ	ふりかけ(えごま)							
10	水	カツオフライのみぞれかけ	カツオフライ・なたね油・大根おろし・おろししょうが・砂糖・みりん・こいくちしょうゆ・かたくり粉			●				
		ボイルカリフラワー	カリフラワー・パセリ							
		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			●				
		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)			●				
11	木	なすと豚肉の甘辛炒め	なす・豚肉スライス・ピーマン・干しいたけ・おろししょうが・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・みりん・料理酒			●				
		竹輪のゆかり揚げ	竹輪(1/4カット)・小麦粉・ゆかり粉・なたね油			●				
		小松菜の中華あえ	小松菜・ホールコーン・中華ドレッシング(8ml)			●				
12	金	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)			●				
		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			●				
		かぼちゃのふくめ煮	かぼちゃ・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒・削り節(だし用)			●				
		ピーチミニゼリー	ピーチゼリー							
15	月	牛肉とアスパラのオイスター炒め	牛肉糸切・アスパラガス・にんじん・玉ねぎ・なたね油・料理酒・塩・こしょう・砂糖・オイスターソース							
		きゅうりのピリから炒め	きゅうり・豚肉スライス・生揚げ(小)・なたね油・おろしにんにく・トウバンジャン・砂糖・こいくちしょうゆ・酢・料理酒			●				
		切り干し大根の炒め煮	切り干しだいこん・鶏肉皮引ひき肉・にんじん・なたね油・カレー粉・ポークブイヨン・こいくちしょうゆ・ウスターソース・料理酒			●				
16	火	サワラのゆず風味焼き	サワラ・料理酒・兵庫県産ゆず果汁・みりん・こいくちしょうゆ・なたね油			●				
		キャベツのゆかりあえ	キャベツ・にんじん・なたね油・うすくしょうゆ・みりん・ゆかり粉			●				
		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)			●				
		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			●				
17	水	ミルメーク(いちご)	ミルメーク(いちご)							
		タッカンジョン	鶏肉皮付・おろしにんにく・こいくちしょうゆ・みりん・かたくり粉・米粉・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・酢・コチジャン			●				
		カリフラワーのカレー風味	カリフラワー・カレー粉							
		たまねぎ天の煮びたし	淡路たまねぎ天・チンゲン菜・砂糖・こいくちしょうゆ・削り節(だし用)			●				
18	木	もやしのナムル	だいずもやし・きゅうり・ポークハム・白ごま・なたね油・ごま油・こいくちしょうゆ			●				
		豚肉のしょうが炒め	豚肉スライス・にんじん・玉ねぎ・ほうれん草・おろししょうが・こいくちしょうゆ・みりん・料理酒・なたね油			●				
		ちりめんキャベツ	シラス干し・キャベツ・きざみたくあん・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・みりん			●			●	●
		切り干し大根と小松菜の煮物	小松菜・切り干しだいこん・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒・削り節(だし用)			●				
		アセロラゼリー	アセロラゼリー							

2023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
19	金	肉だんごと野菜の黒糖煮	ミートボール・なたね油・にんじん・玉ねぎ・ピーマン(4色)スライス・たけのこ水煮(短冊)・干しいたけ・なたね油・合わせみそ・黒砂糖・こいくちしょうゆ・みりん・かたくり粉			●				
		肉じゃが	牛肉スライス・じゃがいも(角小)・にんじん・玉ねぎ・さやいんげん・糸こんにゃく・なたね油・料理酒・砂糖・こいくちしょうゆ・塩・削り節[だし用]			●				
		ブロッコリーとイカの炒め物	イカ・ブロッコリー・なたね油・チキンブイオン・うすくちしょうゆ・料理酒・塩・ガーリック・かたくり粉			●				
22	月	厚揚げと牛肉のピリ辛みそ炒め	生揚げ[大]・牛肉スライス・こいくちしょうゆ・料理酒・にんじん・青ねぎ・たけのこ水煮(短冊)・ピーマン(4色)スライス・おろししょうが・なたね油・料理酒・チキンブイオン・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			●				
		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・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			●				
		カリフラワーの洋風煮	カリフラワー・チキンハム・玉ねぎ・なたね油・ポークブイオン・塩・こしょう							
		ミルメーク(キャラメル)	ミルメーク[キャラメル]							
23	火	鶏肉のさっぱり煮	鶏肉皮付・玉ねぎ・れんこん[半切]・アスパラガス・おろししょうが・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・酢・料理酒			●				
		マカロニサラダ(ノンエッグドレッシング)	マカロニ・ポークハム・にんじん・きゅうり・ホールコーン・ノンエッグドレッシング			●				
		タラのから揚げ	タラ・塩・こしょう・かたくり粉・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒			●				
24	水	アジの甘酢あんかけ	アジ・おろししょうが・こいくちしょうゆ・料理酒・塩・かたくり粉・なたね油・さつまいも(ダイス)・にんじん・むきえだまめ・干しいたけ・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・トマトケチャップ・酢・かたくり粉			●				
		牛肉とブロッコリーのごまだれ炒め	牛肉スライス・ブロッコリー・玉ねぎ・しめじ・なたね油・練りごま・砂糖・こいくちしょうゆ・塩・酢・オイスターソース・白ごま・かたくり粉			●				
		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]			●				
		おかかぶりかけ	ぶりかけ[おかか]							
25	木	ビーフカレー	ビーフカレー							
		にんじんコロッケ	にんじんコロッケ・なたね油							
		ごぼうサラダ(ごまドレッシング)	ごぼう(せん切り)・ポークハム・なたね油・にんじん・きゅうり・ごまドレッシング			●				
		キャベツのじゃこソテー	キャベツ・パプリカ(赤スライス)・パプリカ(黄スライス)・シラス干し・なたね油・チキンブイオン・塩・こしょう						●	●
26	金	豚肉のかわり揚げ	豚肉角切・こいくちしょうゆ・料理酒・かたくり粉・なたね油・合わせみそ・砂糖・みりん			●				
		ほうれん草のソテー	ほうれん草・なたね油・こいくちしょうゆ・みりん			●				
		牛肉とじゃがいもの炒め煮	牛肉スライス・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			●				
		アスパラのおかか炒め	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			●				
		洋なしミニゼリー	洋梨ゼリー							
29	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							
		ペンのパジルソテー	ペンネマカロニ・カットベーコン・兵庫県産パジルペースト・なたね油・塩・こしょう			●				
		大根ときゅうりのレモン風味あえ	大根・きゅうり・にんじん・なたね油・こいくちしょうゆ・みりん・レモン果汁			●				
		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							
30	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							
		キャベツのソテー	キャベツ・ポークハム・なたね油・塩・こしょう			●				
		いも煮	冷凍さといも(カット)・牛肉スライス・にんじん・玉ねぎ・しめじ・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒・みりん・削り節[だし用]			●				
		ブロッコリーのごま酢あえ	ブロッコリー・チキンハム・なたね油・白ごま・砂糖・酢・塩							
31	水	夏みかんゼリー	夏みかんゼリー							
		牛肉のうま煮	牛肉スライス・生揚げ[小]・にんじん・玉ねぎ・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			●				
		かぼちゃとだんごのうま煮	かぼちゃ・根菜入りつくだね・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]			●				
		ワカサギの甘酢づけ	ワカサギ・米粉・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・酢			●				

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
829kcal	35.3g	339mg	111mg	3.5mg	440μgRAE	0.52mg	0.60mg	44mg	5.3g	2.5g

○ご飯(約220g・343kcal)と牛乳(200ml・126kcal)が毎回ついています。
○食材の表記において下味等、調理工程順の使用を表すため、1つの料理に同一の食材が複数回表記される場合があります。
○特定原材料7品目が使用されていたり、加工食品の原材料として使用されていたりする場合は、『●』を表示しています。
○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。
○上記以外の特定原材料に準ずるもの21品目や、加工食品の製造過程で、同一生産ラインで使用されているアレルギー原材料食品については、神戸市中学校給食のホームページ をご確認ください。 [神戸市中学校給食](#)