

# 2024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	水	アジの照り焼き	アジ・こいくちしょうゆ・砂糖・料理酒・おろししょうが・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・みりん・かたくり粉			●				
		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・ポークフィヨン・ウスターソース							
		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			●				
		牛肉とごぼうのきんぴら	牛肉糸切・ごぼう(せん切り)・にんじん・さいいんげん・つきこんにやく・なたね油・料理酒・砂糖・こいくちしょうゆ			●				
2	木	牛肉とブロッコリーのこまだれ炒め	牛肉スライス・ブロッコリー・にんじん・玉ねぎ・しめじ・なたね油・練りこま・砂糖・こいくちしょうゆ・塩・酢・オイスターソース・白こま・かたくり粉			●				
		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)			●				
		もやしのカレー風味あえ	だいずもやし・カレー粉・きゅうり・なたね油・砂糖・うすくちしょうゆ・酢・塩			●				
		かしわもち	かしわもち							
7	火	鶏肉とコーンのトマト煮	鶏肉皮付・にんじん・玉ねぎ・神戸市内産オニオンソテー・グリーンピース・ホールコーン・おろしにんにく・なたね油・チキンフィヨン・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							
		ジャーマンポテト	カットベーコン・じゃがいも(角小)・玉ねぎ・パセリ・なたね油・塩・こしょう							
		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			●				
		おかかぶりかけ	ぶりかけ(おかか)							
8	水	豚肉と厚あげ・ボン酢との出会い	豚肉スライス・生揚げ(大)・にんじん・青ねぎ・玉ねぎ・きざみこんにゃく・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・酢・みりん・塩・こしょう・かたくり粉			●				
		ひじき入り揚げぎょうざ	ひじき入りぎょうざ・なたね油			●				
		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)			●				
9	木	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			●			●	
		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			●				
		ブロッコリーのスープ煮	ブロッコリー・ポークフィヨン・うすくちしょうゆ			●				
10	金	ホイコーロー	豚肉スライス・生揚げ(大)・キャベツ・玉ねぎ・ピーマン・パプリカ(赤スライス)・なたね油・料理酒・合わせみそ・砂糖・こいくちしょうゆ			●				
		じゃがいものそぼろあんかけ	じゃがいも(角小)・なたね油・鶏肉皮引ひき肉・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)			●				
		小松菜の中華あえ(中華ドレッシング)	小松菜・ホールコーン・中華ドレッシング(8ml)			●				
13	月	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)・つきこんにやく・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒・削り節(だし用)			●				
		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			●				
		チンゲン菜とベーコンのソテー	カットベーコン・チンゲン菜・白ねぎ・おろししょうが・なたね油・こいくちしょうゆ・料理酒・塩・こしょう			●				
14	火	タツカンジョン	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・コチシヤン			●				
		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			●				
		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			●				
		ほうれん草と切り干し大根のナムル	ほうれん草・切り干しだいこん・なたね油・こいくちしょうゆ・ごま油・白こま			●				
15	水	カレー肉じゃが	豚肉スライス・じゃがいも・にんじん・玉ねぎ・グリーンピース・なたね油・砂糖・うすくちしょうゆ・料理酒・カレー粉・削り節(だし用)			●				
		なすと鶏肉のさっぱり炒め	揚げなす(乱切り)・鶏肉皮付・にんじん・玉ねぎ・なたね油・こいくちしょうゆ・酢・料理酒・みりん			●				
		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)			●				
		アセロラゼリー	アセロラゼリー							
16	木	牛肉のうま煮	牛肉スライス・にんじん・玉ねぎ・白ねぎ・系こんにやく・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒			●				
		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			●				
		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)・蒸しささみ・大根・なたね油・砂糖・酢・塩							
17	金	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							
		マーボー豆腐	豆腐・豚肉ひき肉・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・ポークフィヨン・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			●				
		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			●				
20	月	ビーフカレー	ビーフカレー							
		にんじんコロック	にんじんコロック・なたね油			●				
		小松菜とたくあんのおかか炒め	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・かつお節			●				
		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							

# 2024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
21	火	ビーフン炒め	ビーフン・豚肉糸切・にんじん・玉ねぎ・干しいたけ・ほうれん草・なたね油・塩・こしょう・料理酒・ポークフィヨン・うすくちしょうゆ			●				
		がんもどきとひじきの煮物	がんもどき(小)・ひじき・マグロ油漬・にんじん・玉ねぎ・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒・削り節(だし用)			●				
		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)			●				
		えごまふりかけ	ふりかけ(えごま)							
22	水	鶏肉の照り煮	鶏肉皮付・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			●				
		いんげんのおかかソテー	さやいんげん・なたね油・こいくちしょうゆ・みりん・かつお節			●				
		牛肉とマカロニのトマト煮	ツイストマカロニ・牛肉スライス・じゃがいも(角小)・玉ねぎ・グリーンピース・なたね油・ポークフィヨン・ホールトマト・砂糖・トマトケチャップ・ウスターソース・料理ワイン・塩			●				
		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			●				
23	木	カツオのフライ(ウスターソース)	かつおカツ・なたね油・ウスターソース(小袋)			●				
		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			●				
		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・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			●				
		ひじきとコーンの煮物	ひじき・ホールコーン・チキンハム・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・削り節(だし用)			●				
24	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			●				
		ちりめんキャベツ	シラス干し・キャベツ・きざみたくあん(白)・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・みりん			●			●	●
		いんげんと竹輪のあえ物	さやいんげん・竹輪(きざみ)・えのきたけ・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ			●				
27	月	ハンバーグのトマトソースかけ	豆腐入りチキンハンバーグ・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			●				
		大根ときゅうりの味噌風味あえ	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			●				
		ほうれん草のガーリック炒め	ほうれん草・ポークハム・なたね油・塩・こしょう・ガーリック			●				
28	火	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)			●				
		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			●			●	●
		洋なしミニゼリー	洋梨ゼリー							
29	水	サワラのたた揚げ	サワラ・おろししょうが・こいくちしょうゆ・料理酒・かたくり粉・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・うすくちしょうゆ・みりん・ゆかり粉			●				
		チンゲン菜としめじのソテー	チンゲン菜・しめじ・マグロ油漬・なたね油・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・つきこんにやく・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒・削り節(だし用)			●				
30	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			●				
		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			●				
		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)			●				
31	金	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・つきこんにやく・おろししょうが・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒			●				
		チンゲン菜の中華炒め	豚肉スライス・こいくちしょうゆ・料理酒・チンゲン菜・にんじん・なたね油・ごま油・砂糖・こいくちしょうゆ・酢			●				
		厚揚げの甘煮	生揚げ(大)・グリーンピース・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒・削り節(だし用)・かたくり粉			●				

## 中学生一食あたり平均栄養量(「日本食品標準成分表2020年版(八訂)」に基づき算出しています)

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
805kcal	33.2g	328mg	110mg	3.7mg	394μgRAE	0.49mg	0.56mg	31mg	4.9g	2.4g

- 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)の可能性があります。
- 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](#)