

2024年7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	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							
		スパゲティソテー	スパゲティ(ハーフカット)・なたね油			●				
		豚二郎炒め	豚肉スライス・にら・にんじん・玉ねぎ・チンゲン菜・おろししょうが・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・オイスターソース・料理酒・削り節(だし用)・かたくり粉			●				
		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)			●				
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・白ごま・なたね油・ごま油・ポークパイオン・砂糖・こいくちしょうゆ・酢・料理酒・塩・かたくり粉			●				
		かぼちゃのコロッケ	かぼちゃコロッケ・なたね油			●				
		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			●				
3	水	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			●				
		アスパラのソテー	アスパラガス・なたね油・塩・こしょう			●				
		マカロニサラダ(マヨネーズ)	マカロニ・チキンハム・にんじん・きゅうり・ホールコーン・マヨネーズ	●		●				
		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							
		洋なしミニゼリー	洋梨ゼリー							
4	木	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・にんじん・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			●				
		ラタトゥイユ	スティックベーコン・なす・ズッキーニ・パプリカ(赤スライス)・パプリカ(黄スライス)・兵庫県産トマトピューレ・兵庫県産バジルペースト・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			●				
5	金	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			●				
		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							
		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)			●				
8	月	鶏肉の梅照り焼き	鶏肉皮引・料理酒・塩・かたくり粉・なたね油・にんじん・玉ねぎ・ピーマン・なたね油・うめペースト・こいくちしょうゆ・料理酒・みりん・かたくり粉			●				
		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)			●				
		キャベツの甘酢あえ	キャベツ・にんじん・シラス干し・砂糖・酢・塩						●	●
		ももゼリー	ももゼリー							
9	火	アジの野菜あんかけ	アジ・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・玉ねぎ・たけのこ水煮(短冊)・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			●				
		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)			●				
		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)			●				
10	水	レモンジンジャーポーク	豚肉スライス・おろししょうが・なたね油・こいくちしょうゆ・料理酒・みりん・レモン果汁			●				
		親子煮	鶏肉皮付・液卵・じゃがいも(角小)・にんじん・玉ねぎ・青ねぎ・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)・かたくり粉	●		●				
		ブロッコリーと海鮮の炒め物	エビ・イカ・ブロッコリー・なたね油・ガーリック・チキンパイオン・うすくちしょうゆ・料理酒・塩・かたくり粉			●			●	

2024年7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
11	木	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)							
		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			●				
		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・なたね油・こいくちしょうゆ・みりん			●				
		マーボーなす	なす・なたね油・豚肉ひき肉・おろししょうが・なたね油・料理酒・砂糖・合わせみそ・こいくちしょうゆ・トウバンジャン・かたくり粉			●				
		のりふりかけ	ふりかけ(のり)							
12	金	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)・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・ウスターソース・料理ワイン・塩			●				
		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			●				
		かぼちゃのスープ煮	かぼちゃ・塩・こしょう・ポークブイヨン							
16	火	鶏肉と夏野菜のカレー煮込み	鶏肉皮付・かぼちゃ・ホールトマト・ピーマン・にんじん・玉ねぎ・なす・なたね油・カレー粉・チキンブイヨン・ウスターソース・料理ワイン・塩							
		小松菜とれんこんのソテー	小松菜・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							
		里いものから揚げ	冷凍さといも(カット)・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒・かたくり粉・なたね油			●				
17	水	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)			●				
		チンゲン菜と豚肉のソテー	豚肉スライス・こいくちしょうゆ・料理酒・チンゲン菜・パプリカ(黄ダイス)・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・こしょう			●				
		ブロッコリーのごま酢あえ	ブロッコリー・にんじん・白ごま・砂糖・酢・塩							
		シークワサーゼリー	シークワサーゼリー							
18	木	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			●				
		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			●				
		カリフラワーのソテー	チキンハム・カリフラワー・なたね油・塩・こしょう							
		ごまわかめふりかけ	ふりかけ(わかめウェット)							
19	金	ビーフカレー	ビーフカレー							
		ポークコロッケ	ポークコロッケ(60g)・なたね油			●				
		ほうれん草とウインナーのソテー	チキンウインナースライス・ほうれん草・パプリカ(黄スライス)・なたね油・うすくちしょうゆ・塩・こしょう			●				
		えだまめ	枝豆・ゆで塩							

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
806kcal	32.7g	326mg	106mg	4.1mg	296 μ gRAE	0.52mg	0.56mg	35mg	5.1g	2.2g

- ご飯(約220g・342kcal)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](#)