

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	くまみ
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・きざみ揚げ・にんじん・つきこんやく・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)の可能性があります。
- 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。