

2025年9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
18	木	鶏肉のうま煮	鶏肉皮付・生揚げ(大)・にんじん・玉ねぎ・青ねぎ・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)			●					
		豚肉と大根の炒め煮	豚肉スライス・大根・にんじん・冷さやいんげん・なたね油・ポークブイヨン・砂糖・こいくちしょうゆ・オイスターソース・トウバンジャン・かたくり粉			●					
		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)			●					
19	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			●					
		筑前煮	鶏肉皮付・がんもどき(小)・にんじん・たけのこ水煮(乱切り)・冷さやいんげん・角こんにゃく・なたね油・料理酒・砂糖・こいくちしょうゆ・削り節(だし用)			●					
		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								
22	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)			●					
		ミートボールのあんかけ	ミートボール・グリーンピース・砂糖・こいくちしょうゆ・酢・料理酒・みりん・チキンブイヨン・かたくり粉			●					
		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								
24	水	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			●					
		ささみカツ	ポテトとお米のささみカツ・なたね油								
		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)			●					
25	木	サケのレモン風味焼き	サケ・料理酒・レモン果汁・みりん・こいくちしょうゆ・なたね油			●					
		竹輪の天ぷら	冷凍竹輪・小麦粉・なたね油			●					
		さつまいものうま煮	さつまいも(乱切り)・鶏肉皮付・冷さやいんげん・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)			●					
		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			●					
26	金	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								
		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								
		きゅうりのピクルス	きゅうり・にんじん・砂糖・塩・酢								
		フルーツ杏仁風プリン	フルーツ杏仁風プリン								
29	月	ピリ辛肉じゃが	豚肉スライス・じゃがいも・にんじん・玉ねぎ・つきこんにゃく・ごま油・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒・トウバンジャン・コチジャン・削り節(だし用)			●					
		炒り豆腐	豆腐・鶏肉皮付・液卵・にんじん・玉ねぎ・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・塩	●		●					
		小松菜とわかめの炒め物	小松菜・にんじん・ホールコーン・わかめ・なたね油・こいくちしょうゆ・みりん			●					
30	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・にんじん・玉ねぎ・たけのこ水煮(短冊)・ホールコーン・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)			●					
		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								

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
800kcal	31.1g	340mg	117mg	3.7mg	396μgRAE	0.50mg	0.56mg	29mg	4.8g	2.3g

- ご飯(約220g・342kcal)と牛乳(200ml・126kcal)が毎回ついていきます。
- 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。