



令和元年5月 こんだて表 (2・6地区)



◆牛乳は毎日つきます
◆ごはんは神戸市内産米です

神戸市教育委員会
(一財) 神戸市学校給食会

日・曜日	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	20日(月)
こんだて	ごはん	米粉パン	ごはん	☆たけのこごはん	小型パン	パン	パン	ごはん	ごはん	パン
	ベジタブルカレー	バジルポテト	けい肉のピリからに	ますのからあげ	焼そば	だいずの洋風にこみ	さわらのエスニック風	肉と野菜のうまに	じゃんじゃんどうふ	チキンカツ
	白身魚フライ	コンスープ	0牛肉とチンゲンサイの和風スープ	かきたまじる	カリフラワーのあまづつけ	野菜のドレッシングそえ	とうふと野菜のスープ	ひじきと油あげのもの	ミートボールのあんかけ	はるさめ 春雨スープ
	蒸し野菜(ブロッコリー)									
おかず の内容	備蓄用ベジタブルカレー 180	じゃがいも 40	冷凍鶏肉 60	たけのこ水煮 15	焼きそばめん 20	冷凍牛肉 30	さわら 1切(50)	牛肉 30	冷凍豚肉 30	冷凍鶏肉皮引 1コ(40)
	たまねぎ 32	兵庫県産バジルペースト 5	しょうが 0.4	冷凍鶏肉皮引 10	冷凍豚肉 30	だいず 10	料理酒 0.5	じゃがいも 60	こいくちしょうゆ 0.2	塩 0.3
	じゃがいも 22	荒挽ミニカテルウインナー 20	ひまわり油(いため用) 0.4	料理酒 0.25	冷凍いか 10	じゃがいも 40	塩 0.3	にんじん 15	こしょう 0.02	こしょう 0.02
	にんじん 16	にんじん 10	砂糖 1	油揚げ 3	料理酒 0.25	にんじん 20	片栗粉 5	たまねぎ 40	料理酒 1	小麦粉 4
	かぼちゃペースト 9	おろしにんにく 0.1	こいくちしょうゆ 3	にんじん 5	キャベツ 55	たまねぎ 20	なたね油(揚げ用) 3	ひまわり油(いため用) 0.6	冷凍ほうれんそう 20	冷凍液卵 8
	なたね油 6.7	トウモロコシ 0.07	砂糖 1	こいくちしょうゆ 3	たまねぎ 20	ひまわり油(いため用) 0.6	にんじん 4	砂糖 3	にんじん 10	パン粉 8
	とうもろこし 6.3	ひまわり油(いため用) 0.4	削節 0.5	キャベツ 5	青ねぎ 5	デミグラスソース 10	こいくちしょうゆ 4	料理酒 1	たけのこ水煮 10	なたね油(揚げ用) 4
	マッシュポテト 4.5	塩 0.3	片栗粉 0.4	ます 1切(40)	ひまわり油(いため用) 0.6	ポークパイヨン 5	こいくちしょうゆ 2	料理酒 1	しょうが 0.3	トマトケチャップ 3
	調味料等	こしょう 0.01	冷凍牛肉 30	塩 0.3	こしょう 0.01	ホールトマト 20	酢 6	塩 0.3	ひまわり油(いため用) 0.6	はるさめ 10
	白身魚フライ 1コ(40)	冷凍ホールコーン 10	チンゲンサイ 30	片栗粉 3	ウスターソース 7	砂糖 0.5	塩 0.2	削節 1	合わせみそ 3	豚肉 20
なたね油(揚げ用) 4	スイートコーンペースト 40	にんじん 10	米粉 1	料理酒 0.5	ウスターソース 2	塩 0.01	ひじき 5	砂糖 1.3	にんじん 15	
冷凍ブロッコリー 40	にんじん 15	たまねぎ 5	なたね油(揚げ用) 2.5	塩 0.3	料理ワイン 2	木綿豆腐 45	こいくちしょうゆ 0.8	こいくちしょうゆ 0.8	冷凍ほうれんそう 10	
中華ドレッシング 1袋(10)	白ねぎ 5	しょうが 0.6	冷凍液卵 25	こしょう 0.02	塩 0.3	にんじん 15	しょうが 0.3	レバーミートボール 3コ(45)	干しいたけ 0.3	
	ひまわり油(いため用) 0.6	うすくちしょうゆ 4	木綿豆腐 25	冷凍カリフラワー 40	こしょう 0.02	たまねぎ 20	にんじん 5	チキンブイヨン(ストレート) 6	しょうが 0.3	
	牛乳 30ml	料理酒 1	冷凍こまつな 20	砂糖 1	ガーリック 0.02	冷凍ほうれんそう 10	ひまわり油(いため用) 0.4	砂糖 1	ひまわり油(いため用) 0.4	
	チキンブイヨン(濃縮) 10	みりん 1	にんじん 10	酢 1.5	パプリカ 0.03	干しいたけ 0.3	砂糖 2	こいくちしょうゆ 1.5	ポークパイヨン 10	
	塩 0.6	塩 0.4	うすくちしょうゆ 3.5	塩 0.15	にんじん 5	ポークパイヨン 12	こいくちしょうゆ 2.5	酢 0.5	うすくちしょうゆ 3	
	こしょう 0.02	こしょう 0.01	塩 0.3	塩 0.1	キャベツ 35	うすくちしょうゆ 3	料理酒 0.5	料理酒 0.5	料理酒 1	
		削節 1.5	片栗粉 1	片栗粉 2	いちごゼリー 1コ(50)	きゅうり 5	塩 0.5	みりん 0.6	塩 0.4	
						柑橘ドレッシング 1袋(10)	こしょう 0.02	片栗粉 0.7	こしょう 0.02	
日・曜日	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)	中学年一食あたり 平均栄養量
こんだて	ごはん	パン	ごはん	ごはん	セルフドッグ	ごはん	パン	ごはん	ごはん	エネルギー
	ぶた肉のなんばんづけ	アプリコットジャム	ふりかけ(ひじきウェット)	あじのたつたあげ	(ウインナー・野菜)	まぐろとひじきのものに	かぼちゃコロッケ	はたはたのからあげ	親子に	651kcal
	みそしる	けい肉のチャウダー	おろしハンバーグ	☆若竹じる	☆グリーンスープ	キャベツのあまからいため	フォガー	こんぶ豆	切干しだいこんのうまに	たんぱく質
		だいずとにぼしのいそあえ	五色きんぴら	かしわもち				さわにわん		16.2g
おかず の内容	冷凍豚肉 50	アプリコットジャム 1袋(15)	ふりかけ 1袋(2.8)	あじ 1切(50)	チキンスティック 2本(40)	まぐろ油漬 30	かぼちゃコロッケ 1コ(50)	はたはた 30	冷凍鶏肉 30	マグネシウム
	こいくちしょうゆ 2	冷凍鶏肉皮引 25	豆腐入りけんぴハンバーグ 1コ(60)	しょうが 0.5	なたね油(揚げ用) 1.5	ひじき 3	なたね油(揚げ用) 5	塩 0.2	料理酒 0.75	87mg
	料理酒 0.5	鶏レバー 8	冷凍おろしだいこん 25	こいくちしょうゆ 2	にんじん 5	冷凍がんもどき 25	平めんビーフン 12	米粉 3	冷凍液卵 30	鉄
	片栗粉 5	じゃがいも 40	チキンブイヨン(ストレート) 7	料理酒 0.5	キャベツ 30	にんじん 10	冷凍鶏肉皮引 25	なたね油(揚げ用) 2	じゃがいも 50	2.3mg
	なたね油(揚げ用) 3	にんじん 20	砂糖 1	片栗粉 5	たまねぎ 10	たまねぎ 25	ほうれんそう 15	きざみこんぶ 2	にんじん 15	ビタミンA
	にんじん 6	たまねぎ 30	こいくちしょうゆ 2	なたね油(揚げ用) 3	ひまわり油(いため用) 0.4	ひまわり油(いため用) 0.6	だいず水煮 15	砂糖 1.5	たまねぎ 30	349μgRAE
	たまねぎ 15	冷凍グリーンピース 5	こいくちしょうゆ 2	冷凍鶏肉皮引 20	塩 0.1	砂糖 2.5	こいくちしょうゆ 2	砂糖 2	冷凍グリーンピース 5	ビタミンB ₁
	砂糖 3	ひまわり油(いため用) 0.6	片栗粉 0.5	料理酒 0.5	カレー粉 0.2	こいくちしょうゆ 3.5	キャベツ 25	料理酒 0.5	こいくちしょうゆ 3	0.37mg
	こいくちしょうゆ 3	バター 1	豚肉 30	うずら卵水煮 25	トマトチキンスティック 1本(8)	削節 1	青ねぎ 3	みりん 0.5	料理酒 1	0.53mg
	酢 5	牛乳 20ml	ごぼう 35	にんじん 15	冷凍グリーンピースペースト 30	キャベツ 30	チキンブイヨン(濃縮) 6	こまつな 10	冷凍豚肉糸切 30	塩 0.4
一味とうがらし 0.01	ホワイトソース 20	にんじん 20	たけのこ水煮 20	じゃがいも 25	冷凍牛肉ひき肉 30	砂糖 0.1	じゃがいも 15	ごぼう 10	削節 1	
油揚げ 3	料理ワイン 2	干しいたけ 0.5	わかめ 0.7	にんじん 15	たまねぎ 30	ニョクマム 4	にんじん 10	油揚げ 5	切干しだいこん 6	
じゃがいも 25	塩 0.5	つきこんやく 10	うすくちしょうゆ 2	たまねぎ 20	しょうが 1	塩 0.01	しょうが 0.4	にんじん 5	油揚げ 5	
にんじん 10	こしょう 0.02	ひまわり油(いため用) 0.6	塩 0.7	ひまわり油(いため用) 0.6	ひまわり油(いため用) 0.6	砂糖 1.5	砂糖 0.1	ひまわり油(いため用) 0.4	にんじん 5	
たまねぎ 25	いりだいず 8	砂糖 3	削節 1	牛乳 10ml	生クリーム 10	こいくちしょうゆ 3	塩 0.4	うすくちしょうゆ 3	ひまわり油(いため用) 0.4	
わかめ 0.7	白ごま 0.5	砂糖 3	出しこんぶ 0.5	ポークパイヨン 5	ポークパイヨン 5	塩 0.4	塩 0.4	料理酒 1	砂糖 1	
合わせみそ 12	あおさ 0.1	こいくちしょうゆ 4	かしわもち 1コ(30)	料理ワイン 2	料理ワイン 2	塩 0.01	塩 0.01	料理酒 0.5	砂糖 1	
削節 2	砂糖 2	料理酒 1		こしょう 0.02	こしょう 0.02	片栗粉 0.2	こしょう 0.01	こしょう 0.1	塩 0.1	
	こいくちしょうゆ 1							削節 0.5	削節 0.5	
										脂肪エネルギー比 30%

たけのこ水煮 15

冷凍鶏肉皮引 10

料理酒 0.25

油揚げ 3

にんじん 5

砂糖 1

こいくちしょうゆ 3

削節 0.5

ます 1切(40)

塩 0.3

こしょう 0.01

片栗粉 3

米粉 1

なたね油(揚げ用) 2.5

冷凍液卵 25

木綿豆腐 25

冷凍こまつな 20

にんじん 10

うすくちしょうゆ 3.5

塩 0.3

片栗粉 1

削節 2

焼きそばめん 20

冷凍豚肉 30

冷凍いか 10

料理酒 0.25

にんじん 15

キャベツ 55

たまねぎ 20

青ねぎ 5

ひまわり油(いため用) 0.6

ウスターソース 7

料理酒 0.5

塩 0.3

こしょう 0.02

冷凍カリフラワー 4

砂糖 1

酢 1.5

塩 0.15

カレー粉 0.1

いちごゼリー 1コ(50)

冷凍牛肉 30

だいず 10

じゃがいも 40

にんじん 20

たまねぎ 20

冷凍グリーンピース 5

ひまわり油(いため用) 0.6

デミグラスソース 10

ポークブイヨン 5

ホルトトマト 20

砂糖 0.5

ウスターソース 2

料理ワイン 2

塩 0.3

こしょう 0.02

ガーリック 0.02

パプリカ 0.03

にんじん 5

キャベツ 35

きゅうり 5

塩 0.02

こしょう 0.02

さわら 1切(50)

料理酒 0.5

塩 0.3

片栗粉 5

カレー粉 0.3

なたね油(揚げ用) 3

にんじん 4

たまねぎ 10

砂糖 3

こいくちしょうゆ 2

料理酒 1

塩 0.3

削節 1

ひじき 5

油揚げ 5

にんじん 5

ひまわり油(いため用) 0.4

砂糖 2

こいくちしょうゆ 2.5

料理酒 0.5

削節 0.5

牛肉 30

じゃがいも 60

にんじん 15

たまねぎ 40

ひまわり油(いため用) 0.6

砂糖 3

こいくちしょうゆ 4

料理酒 1

塩 0.3

削節 1

ひじき 5

油揚げ 5

にんじん 5

ひまわり油(いため用) 0.4

砂糖 2

こいくちしょうゆ 1.5

酢 0.5

料理酒 0.5

みりん 0.6

片栗粉 0.7

冷凍豚肉 30

砂糖 0.2

こいくちしょうゆ 1

料理酒 1

しょうが 0.3

ひまわり油(いため用) 0.6

合わせみそ 3

砂糖 1.3

こいくちしょうゆ 0.8

レーミーボール 3コ(45)

チキンブイヨン(ストレート) 6

砂糖 1

こいくちしょうゆ 1.5

酢 0.5

料理酒 0.5

みりん 0.6

片栗粉 0.7

冷凍鶏肉皮引 1コ(40)

塩 0.3

こしょう 0.02

小麦粉 4

冷凍液卵 8

パン粉 8

なたね油(揚げ用) 4

トマトケチャップ 3

ウスターソース 3

はるさめ 10

豚肉 20

にんじん 15

冷凍はうれんそう 10

干しいたけ 0.3

しょうが 0.3

ひまわり油(いため用) 0.4

ポークブイヨン 10

うすくちしょうゆ 3

料理酒 1

塩 0.4

こしょう 0.02

日・曜日	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)	中学年一食あたり 平均栄養量
こんだて	ごはん	パン	ごはん	ごはん	セルフドッグ	ごはん	パン	ごはん	ごはん	エネルギー
	ぶた肉のなんばんづけ	アプリコットジャム	ふりかけ(ひじきウェット)	あじのたつたあげ	(ウインナー・野菜)	まぐろとひじきのにも	かぼちゃコロッケ	はたはたのからあげ	親子に	651kcal
	みそしる	けい肉のチャウダー	おろしハンバーグ	☆若竹じる	☆グリーンスープ	キャベツのあまからいため	フオーガー	こんぶ豆	切干しだいこんのうまに	たんぱく質
おかず の内容	冷凍豚肉 50	アプリコットジャム 1袋(15)	ふりかけ 1袋(2.8)	あじ 1切(50)	チキンスティック 2本(40)	まぐろ油漬 30	かぼちゃコロッケ 1コ(50)	はたはた 30	冷凍鶏肉 30	マグネシウム
	こいくちしょうゆ 2	冷凍鶏肉皮引 25	豆腐入りチキンハンバーグ 1コ(60)	しょうが 0.5	なたね油(揚げ用) 1.5	ひじき 3	なたね油(揚げ用) 5	塩 0.2	料理酒 0.75	87mg
	料理酒 0.5	鶏レバー 8	冷凍おろしだいこん 25	こいくちしょうゆ 2	にんじん 5	冷凍がんもどき 35	にんじん 10	米粉 3	冷凍液卵 30	鉄
	片栗粉 5	じゃがいも 40	チキンブイヨン(ストレート) 7	料理酒 0.5	キャベツ 30	にんじん 10	きざみこんぶ 2	なたね油(揚げ用) 2	じゃがいも 50	2.3mg
	なたね油(揚げ用) 3	にんじん 20	砂糖 1	片栗粉 5	たまねぎ 10	たまねぎ 25	平めんビーフン 12	きざみこんぶ 2	にんじん 15	ビタミンA
	にんじん 6	たまねぎ 30	こいくちしょうゆ 2	なたね油(揚げ用) 3	ひまわり油(いため用) 0.4	たまねぎ 25	冷凍鶏肉皮引 25	だいず水煮 15	たまねぎ 30	349μgRAE
	たまねぎ 15	冷凍グリーンピース 5	こいくちしょうゆ 2	塩 0.1	ひまわり油(いため用) 0.4	たまねぎ 25	ほうれんそう 15	砂糖 1.5	冷凍グリーンピース 5	ビタミンB ₁
	砂糖 3	バター 1	片栗粉 0.5	冷凍鶏肉皮引 20	塩 0.2	砂糖 2.5	こいくちしょうゆ 3.5	こいくちしょうゆ 2	砂糖 2.5	0.37mg
	こいくちしょうゆ 3	牛乳 20ml	料理酒 0.5	トマトチキンスティック 1本(8)	カレー粉 0.2	こいくちしょうゆ 3.5	削節 1	料理酒 0.5	こいくちしょうゆ 3	0.37mg
	酢 5	ホワイトソース 20	豚肉 30	冷凍グリーンピースペースト 30	ベーコン 8	キャベツ 30	キャベツ 25	みりん 0.5	料理酒 1	ビタミンB ₂
	一味とうがらし 0.01	チキンブイヨン(濃縮) 3	ごぼう 35	冷凍卵水煮 25	じゃがいも 25	冷凍牛肉ひき肉 30	青ねぎ 3	冷凍豚肉糸切 30	塩 0.4	0.53mg
	油揚げ 3	料理ワイン 2	にんじん 20	にんじん 15	じゃがいも 25	たまねぎ 30	チキンブイヨン(濃縮) 6	こまつな 10	削節 1	ビタミンC
	じゃがいも 25	塩 0.5	干しいたけ 0.5	たけのこ水煮 20	にんじん 15	しょうが 1	砂糖 0.1	じゃがいも 15	切干しだいこん 6	20mg
	にんじん 10	こしょう 0.02	つきこんにやく 10	わかめ 0.7	にんじん 15	ひまわり油(いため用) 0.6	砂糖 0.1	にんじん 10	油揚げ 5	食物繊維
	たまねぎ 25	いりだいず 8	ひまわり油(いため用) 0.6	うすくちしょうゆ 2	たまねぎ 20	牛乳 10ml	砂糖 1.5	ごぼう 10	にんじん 5	3.8g
	わかめ 0.7	煮干し 6	砂糖 3	塩 0.7	たまねぎ 20	生クリーム 10	砂糖 1.5	しょうが 0.4	ひまわり油(いため用) 0.4	食塩相当量
	合わせみそ 12	白ごま 0.5	砂糖 3	削節 1	ポークパイオン 5	こいくちしょうゆ 3	砂糖 1.5	うすくちしょうゆ 3	にんじん 5	2.4g
	削節 2	あおさ 0.1	砂糖 3	出しこんぶ 0.5	料理ワイン 2	塩 0.4	砂糖 1.5	うすくちしょうゆ 3	にんじん 5	脂肪エネルギー比
		砂糖 2	こいくちしょうゆ 4	料理酒 1	かしわもち 1コ(30)	塩 0.3	砂糖 1.5	砂糖 1	ひまわり油(いため用) 0.4	30%
		こいくちしょうゆ 1	料理酒 1	かしわもち 1コ(30)	かしわもち 1コ(30)	こしょう 0.02	片栗粉 0.2	砂糖 1	砂糖 1	

あじ 1切(50)

しょうが 0.5

こいくちしょうゆ 2

料理酒 0.5

片栗粉 5

なたね油(揚げ用) 3

冷凍鶏肉皮引 20

料理酒 0.5

うずら卵水煮 25

にんじん 15

たけのこ水煮 20

わかめ 0.7

うすくちしょうゆ 2

塩 0.7

削節 1

出しこんぶ 0.5

かしわもち 1コ(30)

チキンスティック 2本(40)

なたね油(揚げ用) 1.5

にんじん 5

キャベツ 30

たまねぎ 10

ひまわり油(いため用) 0.4

塩 0.1

カレー粉 0.2

トマトケチャップスティック 1本(8)

冷凍グリーンピースペースト 30

ベーコン 8

じゃがいも 25

にんじん 15

たまねぎ 20

ひまわり油(いため用) 0.6

牛乳 10ml

生クリーム 10

ポークブイヨン 5

料理ワイン 2

塩 0.3

こしょう 0.02

まぐろ油漬 30

ひじき 3

冷凍がんとどき 25

にんじん 10

たまねぎ 25

ひまわり油(いため用) 0.6

砂糖 2.5

こいくちしょうゆ 3.5

削節 1

キャベツ 30

冷凍牛肉ひき肉 30

たまねぎ 30

しょうが 1

ひまわり油(いため用) 0.6

砂糖 1.5

こいくちしょうゆ 3

塩 0.4

こしょう 0.01

片栗粉 0.2

かぼちゃコロッケ 1コ(50)

なたね油(揚げ用) 5

平めんビーフン 12

冷凍鶏肉皮引 25

ほうれんそう 15

キャベツ 25

青ねぎ 3

チキンブイヨン(濃縮) 6

砂糖 0.1

ニョクマム 4

塩 0.4

こしょう 0.01

はたはた 30

塩 0.2

米粉 3

なたね油(揚げ用) 2

きざみこんぶ 2

だいず水煮 15

砂糖 1.5

こいくちしょうゆ 2

料理酒 0.5

みりん 0.5

冷凍豚肉糸切 30

こまつな 10

じゃがいも 15

にんじん 10

ごぼう 10

しょうが 0.4

うすくちしょうゆ 3

料理酒 1

みりん 0.5

塩 0.4

こしょう 0.01

削節 1.5

冷凍鶏肉 30

料理酒 0.75

冷凍液卵 30

じゃがいも 50

たまねぎ 15

冷凍グリーンピース 5

砂糖 2.5

こいくちしょうゆ 3

料理酒 1

塩 0.4

削節 1

切干しだいこん 6

油揚げ 5

にんじん 5

ひまわり油(いため用) 0.4

砂糖 1

こいくちしょうゆ 2

料理酒 0.5

塩 0.1

削節 0.5

5月目標 好ききらいをしないで食べよう

ホームページ「食材の産地情報」放
射性物質検査結果」を掲載しています

神戸市学校給食

検索

放射性物質検査報告 3/20に検査
しました「牛肉・冷凍液卵」の結果はいず
れも「検出せず」でした。ご安心ください。

キャベツ・青ねぎ・チンゲンサイ・こまつな・ほうれんそう・たまねぎ
は、こうべ旬菜・神戸市内産野菜を使用する予定です。

下線表示は「卵除去対応料理」です。