

平成29年12月 こんだて表 (特別支援学校)

◆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
(公財)神戸市スポーツ教育協会

日・曜日	1日(金)	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)
こんだて	牛 どん どん わかさぎのからあげ み そ し る	パ ン ミルメーク(キャラメル) けい肉のチャウダー 野 菜 ソ テ ー	○ 新 料 理 ご は ん ふりかけ(おかか) ますのからあげ ○けい肉のみぞれじる	パ ン だいずの洋風にこみ 野菜のドレッシングそえ	ご は ん 他 人 と じ たまねぎ天のにびたし た べ る 小 魚	ご は ん かぼちゃのそぼろあんかけ ぶ た じ る	ライ麦パン ボ ル シ チ 蒸し野菜(カリフラワー)	ご は ん す き や き ミートボールのあんかけ	パ ン あじのケチャップソース ぶた肉とれんこんのスープ アップルゼリー	ご は ん 肉と野菜のうまに ひじきと油あげのもの
おかず の 内 容	冷凍牛肉 30 冷凍液卵 10 たまねぎ 20 青ねぎ 3 しょうが 0.3 ひまわり油(いため用)0.4 砂糖 2 こいくちしょうゆ 3 料理酒 1 削節 0.5 わかさぎ 30 米粉 3 なたね油(揚げ用) 2 砂糖 1.5 こいくちしょうゆ 3 料理酒 1.5 冷凍豆腐 35 こまつな 15 たまねぎ 20 合わせみそ 12 削節 2	ミルメーク 1袋(7) 冷凍鶏肉皮引 25 鶏レバー 8 じゃがいも 40 にんじん 20 たまねぎ 30 冷凍グリーンピース 5 ひまわり油(いため用)0.6 バター 1 牛乳 20ml ホワイトソース 20 チキンブイヨン(濃縮) 3 料理ワイン 2 塩 0.5 こしょう 0.02 冷凍豚肉糸切 10 にんじん 7 冷凍ほうれんそう 7 キャベツ 35 冷凍ホールコーン 7 ひまわり油(いため用)0.4 こいくちしょうゆ 1.5 料理酒 0.8 塩 0.2 こしょう 0.02	ふりかけ 1袋(2) ます 1切(50) 塩 0.4 こしょう 0.01 片栗粉 4 米粉 1.5 なたね油(揚げ用) 3 冷凍鶏肉 30 料理酒 0.75 にんじん 10 みつば 3 冷凍おろしだいこん 25 えのきたけ 10 干しいたけ 0.3 うすくちしょうゆ 3 塩 0.5 片栗粉 1.2 削節 2	冷凍牛肉 30 だいず水煮 20 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 ボークブイヨン 5 ホールトマト 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 柑橘ドレッシング1袋(10)	冷凍牛肉 20 凍り豆腐 7 冷凍液卵 30 にんじん 15 たまねぎ 30 冷凍グリーンピース 5 ひまわり油(いため用)0.4 砂糖 2 こいくちしょうゆ 2 料理酒 1 片栗粉 0.4 冷凍豚肉 20 じゃがいも 40 にんじん 20 ごぼう 15 青ねぎ 3 合わせみそ 12 削節 2	かぼちゃ 45 冷凍鶏肉皮引(ひき肉) 25 しょうが 0.4 ひまわり油(いため用)0.3 砂糖 1 こいくちしょうゆ 2 料理酒 0.5 片栗粉 0.4 冷凍豚肉 20 じゃがいも 40 にんじん 20 ごぼう 15 青ねぎ 3 合わせみそ 12 削節 2	冷凍牛肉角切 35 じゃがいも 40 にんじん 25 たまねぎ 30 キャベツ 20 ひまわり油(いため用)0.6 牛乳 10ml ボークブイヨン 5 ホールトマト 20 トマトケチャップ 4 料理ワイン 2 ミートボール 3コ(45) チキンブイヨン(ストレート) 6 砂糖 0.4 こしょう 0.02 ガーリック 0.02 パプリカ 0.03 冷凍カリフラワー 40 ごまドレッシング 1袋(8)	牛肉 35 冷凍焼き豆腐 35 にんじん 12 はくさい 60 白ねぎ 15 糸こんにゃく 20 ひまわり油(いため用)0.6 砂糖 3 こいくちしょうゆ 6 料理酒 2 ミートボール 3コ(45) チキンブイヨン(ストレート) 6 砂糖 0.4 こしょう 0.02 ガーリック 0.02 酢 0.5 料理酒 0.5 みりん 0.6 片栗粉 0.7	あじ 1切(50) 料理酒 1 塩 0.2 こしょう 0.01 小麦粉 5 なたね油(揚げ用) 3 砂糖 0.5 トマトケチャップ 6 ウスターソース 3 豚肉 15 れんこん水煮 10 こまつな 10 にんじん 10 だいこん 25 白ねぎ 5 おろしにんにく 0.1 ひまわり油(いため用)0.4 ボークブイヨン 10 うすくちしょうゆ 3 料理酒 1 みりん 1 塩 0.3 こしょう 0.02 アップルゼリー1コ(60)	冷凍豚肉 30 じゃがいも 60 にんじん 15 たまねぎ 40 冷凍グリーンピース 3 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 冷凍油揚げ 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

日・曜日	15日(金)	18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)
こんだて	ご は ん ベジタブルカレー さ さ み フ ラ イ 蒸し野菜(ブロッコリー)	パ ン バ タ ー 野菜のクリームスープ さつまいもだいずのかりんとう	ご は ん おろしハンバーグ 五 色 に み か ん	パ ン さわらのエスニック風 チンゲンサイのスープ	◎ 冬 至 料 理 ご は ん 小 ◎ ほ う と う た ら の あ げ に	ご は ん 牛肉とさといものものに みずなのじゃこに
おかず の 内 容	備蓄用ベジタブルカレー(180g) たまねぎ 32 じゃがいも 22 にんじん 16 かぼちゃペースト 9 なたね油 6.7 とうもろこし 6.3 マッシュポテト 4.5 調味料等 ささみフライ 1コ(40) なたね油(揚げ用) 4 ブロッコリー 35 青じそドレッシング1袋(8)	バター 1コ(8) 冷凍鶏肉皮引 30 にんじん 20 キャベツ 30 だいこん 25 ひまわり油(いため用)0.6 バター 1 牛乳 20ml ホワイトソース 25 チキンブイヨン(濃縮) 5 料理ワイン 1 塩 0.7 こしょう 0.02 さつまいも 40 なたね油(揚げ用) 1.5 だいず水煮 15 黒砂糖 4 塩 0.1	豆腐入りチキンハンバーグ1コ(60) 冷凍おろしだいこん 25 チキンブイヨン(ストレート) 7 砂糖 1 こいくちしょうゆ 2 片栗粉 0.5 冷凍豚肉 25 ひじき 3 にんじん 20 ごぼう 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 料理酒 1 削節 1 みかん 1コ(85)	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 酢 6 一味とうがらし 0.01 チンゲンサイ 30 冷凍豚肉 20 冷凍豆腐 25 にんじん 10 たまねぎ 15 ひまわり油(いため用)0.2 ボークブイヨン 8 こいくちしょうゆ 3 料理酒 1 塩 0.3 こしょう 0.03	ほうとう 20 冷凍鶏肉皮引 30 料理酒 0.75 かぼちゃ 20 にんじん 10 青ねぎ 3 干しいたけ 0.3 合わせみそ 5 こいくちしょうゆ 4 みりん 2 削節 2 冷凍たら角切 40 しょうが 0.4 こいくちしょうゆ 1 料理酒 0.5 片栗粉 3 米粉 1 なたね油(揚げ用) 2.5 砂糖 1 こいくちしょうゆ 1.5 料理酒 0.5 みりん 0.5	冷凍牛肉 30 冷凍さといも 50 にんじん 15 たまねぎ 40 糸こんにゃく 15 ひまわり油(いため用)0.6 砂糖 1.5 こいくちしょうゆ 3 料理酒 0.5 塩 0.2 削節 1 みずな 20 しらす干し 5 冷凍油揚げ 5 ほうれんそう 20 にんじん 5 うすくちしょうゆ 2 みりん 1 削節 1

小学生・中学生 一食あたり 平均栄養量
エネルギー 640kcal
たんぱく質 25.9g
カルシウム 329mg
鉄 2.5mg
ビタミンA 329μg
ビタミンB ₁ 0.35mg
ビタミンB ₂ 0.53mg
ビタミンC 28mg
食物繊維 3.9g
食塩相当量 2.2g
脂肪エネルギー比 28.2%



特別支援学校 12月15日(金)

神戸市の学校給食では、気象警報の発令や調理中の事故などにより、当日の給食を提供できない場合に備えて、レトルトの「ベジタブルカレー」を各学校で常備しています。

この「ベジタブルカレー」は賞味期限がありますので、毎年1回給食で提供しています。

主な原材料は、献立表のおかずの内容の欄に記載しています。

卵や乳などを使わずにアレルギー児童に配慮して作ったカレーです。

さらに詳しい内容が必要な場合は、学校へお問い合わせください。



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

8/21~10/31に検査しました「キャベツ・焼さんま・月見だんご・しめじ・えのきたけ・さつまいも・牛乳・乾燥うめ・なしゼリー」の結果は「検出せず」でした。ご安心ください。

キャベツ、青ねぎ、水菜、チンゲンサイ、こまつな、ほうれんそう、ブロッコリー、にんじんは、神戸市内産野菜・こうべ旬菜を使用する予定です。

下線表示は「卵除去対応料理」です。

12月目標 食事の大切さを知ろう