## 平成29年9月こんだて表 (1・3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(公財)神戸市スポーツ教育協会

☆ 季 節 料 理 ん パ ン 洋なしジャム マカロニのクリームに つ)☆ え だ ま め	
_ 洋 な し ジ ャ ム マカロニのクリームに	ままのからあげ コ ロ ッ ケ
_ マカロニのクリームに	
-) ☆ えだまめ	.   ぶた肉と野采のスーフ
35 〈洋なしジャム 1袋(10) 	
冷凍鶏肉皮引 30	) だいこん葉(乾) 2 冷凍豚肉 30
「	)    みりん 1    15    15
3 にんじん 15	
たまねぎ 50	·     3
一川 行棟グリーンピース 3	
5 バター 1	
4乳 15ml 2 キロイトン 7 20	
2	0   冷凍豆腐 35   こいくちしょうゆ 2     5   冷凍油揚げ 3   料理酒
2 料理ワイン 1	冷凍こまつな 15   塩 0.4
10	5    たまねぎ 20    -
中学年一食あたり	手符のくださの
平均栄養量	季節のくだもの
エネルギー	> \L' = +>1
654kcal	ぶどう なし
<u>たんぱく質</u>	5
- - カルシウム	
±0  311mg	
10	CAAAA I
40 15 40 <u>鉄</u> 2.5mg	
40 15 40 2.5mg 20 ビタミンA	
40 55 40 2.5mg ビタミンA 337μg	「ぶどう」に含 「なし」には、
数 (10) 鉄 (10) 2.5 mg (20) ビタミンA (337 μg (55) ビタミンB <sub>1</sub> (38 mg) 0.38 mg	まれているブド 夏バテなど疲労
10 15 15 15 16 17 18 18 19 19 19 19 19 19 19 19 19 19	まれているブド 夏パテなど疲労 ウ糖や果糖は体 回復に役立つア
### 145	まれているブド 夏バテなど疲労 ウ糖や果糖は体 回復に役立つア に入るとすぐに ミノ酸の一つア
### 10	まれているブド 夏バテなど疲労 ウ糖や果糖は体 回復に役立つア に入るとすぐに ミノ酸の一つア
### 100	まれているブド 夏バテなど疲労 ウ糖や果糖は体 回復に役立つア に入るとすぐに ミノ酸の一つア エネルギーにか スパラギン酸が わるので、ぶど 含まれています。 うを食べると疲 また、水分もた
10	まれているブド 夏バテなど疲労 ウ糖や果糖は体 回復に役立つア に入るとすぐに ミノ酸の一つア エネルギーにか スパラギン酸が わるので、ぶど 含まれています。 うを食べると疲 また、水分もた れをとってくれ くさん含まれて
鉄 100 2.5mg 2.5mg 2.5mg ビタミンA 337μg 5 ビタミンB <sub>1</sub> 0.38mg 2 ビタミンB <sub>2</sub> 0.52mg ビタミンC 1 ビタミンC 22mg 食物繊維 3.9g	まれているブド 夏バテなど疲労 ウ糖や果糖は体 回復に役立つア に入るとすぐに ミノ酸の一つア エネルギーにか スパラギン酸が わるので、ぶど 含まれています。 うを食べると疲 また、水分もた
1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	20

9月目標 食事のマナーを身につけよう

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

(検索)

神戸市学校給食

## 放射性物質検査報告

6 / 27に検査しました「うずら卵水煮」の結果 は「検出せず」でした。ご安心ください。 青ねぎ、きゅうり、なす、小松菜は、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。