

平成30年12月 こんだて表 (5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	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)
こんだて	ごはん	パン	ごはん	パン	牛丼どん	ごはん	パン	ごはん	ほうれんそうパン
	すきやき	ポークシチュー	かぼちゃのそぼろあんかけ	カレー肉じゃが	わかさぎのからあげ	和風ハンバーグ	いちごジャム	ベジタブルカレー	野菜のクリームスープ
	いかのてりに	野菜のドレッシングそえ	ごじる	みかん	みそしる	五色に	チンゲンサイのいためもの	白身魚フライ	さつまいもとだいずのかりんとう
おかずの内容	牛肉 35 冷凍焼豆腐 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 冷凍いか 1切(50) 料理酒 1 砂糖 1.5 こいくちしょうゆ 3 みりん 1.5 片栗粉 0.4	冷凍豚肉 35 じゃがいも 50 にんじん 20 たまねぎ 30 マッシュルーム 7 ひまわり油(いため用) 0.6 デミグラスソース 30 トマトピューレ 2 トマトケチャップ 2.5 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 0.04 にんじん 10 キャベツ 40 きゅうり 10 柑橘ドレッシング 1袋(10)	かぼちゃ 45 冷凍鶏肉皮引きき肉 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 だいずペースト 15 豆乳 15ml 豚肉 20 冷凍さといも 30 にんじん 10 だいこん 25 つきこんにゃく 5 合わせみそ 9 削節 2	冷凍豚肉 30 じゃがいも 60 にんじん 15 たまねぎ 40 冷凍さやいんげん 5 ひまわり油(いため用) 0.6 砂糖 2 うすくちしょうゆ 4 料理酒 1 カレー粉 0.3 削節 1 煮干し 9 米粉 3 あおさ 0.1 なたね油(揚げ用) 1.5 みかん 1コ(85)	冷凍牛肉 40 たまねぎ 30 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 木綿豆腐 35 こまつな 15 たまねぎ 20 合わせみそ 12 削節 2	豆腐入りチキンハンバーグ1コ(60) チキンパイオン(ストリート) 7 砂糖 2 こいくちしょうゆ 2 料理酒 1 みりん 1 冷凍豚肉 25 ひじき 3 にんじん 20 ごぼう 25 冷凍さやいんげん 5 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 アップルゼリー(ミニ)1コ(23)	いちごジャム 1袋(10) 冷凍牛肉 20 しょうが 0.2 こいくちしょうゆ 0.5 料理酒 0.2 にんじん 10 たまねぎ 20 チンゲンサイ 20 たけのこ水煮 5 ひまわり油(いため用) 0.4 砂糖 1 こいくちしょうゆ 1.5 オイスターソース 0.5 片栗粉 1 冷凍鶏肉皮引き 20 冷凍液卵 15 にんじん 15 たまねぎ 40 冷凍ホールコーン 8 スイートコーンペースト 32 ひまわり油(いため用) 0.4 ごま油 0.2 チキンパイオン(濃縮) 5 こいくちしょうゆ 3 料理酒 1 塩 0.5 こしょう 0.01	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 かまちゃペースト 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 白身魚フライ 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)	冷凍鶏肉皮引き 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 チキンパイオン(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 いりだいず 7 黒砂糖 4 塩 0.1
	日・曜日	14日(金)	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	ベジタブルカレーの使用について	
こんだて	ごはん	ごはん	パン	ごはん	パン	ごはん(小)	冬至料理		
	さわらのたつたあげ	親子に	ミルメーク(ココア)	けい肉のうまに	だいずの洋風にこみ	ますのからあげ	5地区 12月12日(水)		
	さわにわん	切干しだいこんのうまに	あじのフライ	ひじきのにももの	カリフラワーのスープに	◎ ほうとう			
おかずの内容	さわら 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 冷凍豚肉糸切 30 みずな 10 にんじん 10 だいこん 15 ごぼう 10 干ししいたけ 0.3 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 にんじん 15 たまねぎ 30 青ねぎ 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	< ミルメーク 1袋(8) あじフライ 1枚(40) なたね油(揚げ用) 4 ビーフン 8 冷凍豚肉糸切 20 にんじん 15 ほうれんそう 5 はくさい 30 干ししいたけ 0.3 ポークパイオン 10 うすくちしょうゆ 3 料理酒 1 塩 0.5 こしょう 0.02	冷凍鶏肉 40 冷凍がんもどき 25 にんじん 25 たまねぎ 30 青ねぎ 5 つきこんにゃく 20 ひまわり油(いため用) 0.6 砂糖 3 こいくちしょうゆ 5 料理酒 2 削節 1 ひじき 4 冷凍豚肉糸切 10 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	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 ポークパイオン 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 冷凍カリフラワー 40 たまねぎ 10 ひまわり油(いため用) 0.2 ポークパイオン 5 塩 0.4 こしょう 0.01	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 ほうとう 20 冷凍鶏肉皮引き 30 料理酒 0.75 かぼちゃ 20 にんじん 10 青ねぎ 3 干ししいたけ 0.3 合わせみそ 5 こいくちしょうゆ 4 みりん 2 削節 2			
	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。								

12月目標 食事の大切さを知ろう

ホームページ「食材の産地情報」「放射線物質検査結果」を掲載しています

神戸市学校給食

検索

キャベツ・みずな・チンゲンサイ・こまつな・青ねぎ・ほうれんそう・ブロッコリー・にんじん・はくさい・白ねぎは、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。