



# 令和2年1月 こんだて表(センターA地区)



◆牛乳は毎日つきます  
◆ごはんは神戸市内産米です

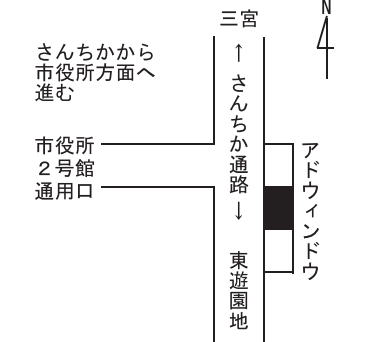
神戸市教育委員会  
(一財) 神戸市学校給食会

日・曜日	8日(水)		9日(木)		10日(金)		14日(火)		15日(水)		16日(木)		17日(金)		20日(月)		21日(火)		22日(水)	
こんだて	正 月 献 立						○ 新 料 理										はつがげんまい			
	ごはん		ごはん		パン		ごはん		パン		ごはん		小型パン		ごはん		発芽玄米入りごはん		パン	
	白みそぞうに		シーフードカレー		みかんジャム		ちくぜんに		オレンジチキンソテー		つくだに(ひじきのり)		ちゃんぽん		タッカンジョン		焼つくねのあんかけ		マカロニのトマトに	
	田作り風				かぼちゃコロッケ						肉と野菜のうまに		ますのからあげ							
	くりきんとん		ゆで野菜(カリフラワー)		はる 春雨スープ		○いろいろひじき		野菜スープ		みずなのじゃこに		ミニゼリー(アップル)		ト ッ ク		豆 と ん じ る		野菜のドレッシングそえ	
おかず の 内 容	もち	30	まぐろ野菜スープ煮	30	みかんジャム 1袋(15)	冷凍鶏肉皮付	35	冷凍鶏肉皮引 1コ(60)	つくだに(ひじきのり) 1袋(8)	冷凍中華めん 1袋(45)	冷凍鶏肉皮付	60	根菜入りつくね	50	マカロニ	7				
	冷凍鶏肉皮引	20	冷凍えび	10	かぼちゃコロッケ 1コ(50)	冷凍がんととき(小)	20	塩 0.3	冷凍豚肉 30	冷凍豚肉	15	おろしにんにく	0.1	ひまわり油(いため用)	0.4	牛肉	30			
	料理酒	0.5	冷凍いか	10	なたね油(揚げ用)	にんじん	20	こしょう 0.02	じゃがいも 60	冷凍いか	10	こいくちしょうゆ	1	白ねぎ	12	じゃがいも	40			
	冷凍さといも	20	カレー粉	0.1	緑豆春雨	ごぼう	25	ひまわり油(いため用) 0.4	にんじん 15	冷凍えび	10	みりん	4.5	ひまわり油(いため用)	0.2	にんじん	15			
	にんじん	10				冷凍さやいんげん	5	たまねぎ 20	たまねぎ 40	料理酒	0.5	片栗粉	1.5	砂糖	2	たまねぎ	40			
	ほうれんそう	10	じゃがいも	50	冷凍豚肉	角こんにゃく	10	しょうが 0.2	冷凍さやいんげん 5	にんじん 10	小麦粉	1.5	なたね油(揚げ用)	4	こいくちしょうゆ	3	冷凍グリーンピース	7		
	だいこん	20	にんじん	20	にんじん	ひまわり油(いため用)	0.6	ひまわり油(いため用) 0.2	ひまわり油(いため用) 0.6	キャベツ	30	砂糖	0.8	こいくちしょうゆ	3	料理酒	1			
	合わせみそ	6	たまねぎ	30	ほうれんそう	砂糖	3.5	砂糖 1.5	砂糖 3	青ねぎ	3	酢 1.2	片栗粉	0.7	ひまわり油(いため用)	0.6	ポークパイオン	5		
	白みそ	6				料理酒	4	こいくちしょうゆ 3	こいくちしょうゆ 4	しょうが 0.5	ひまわり油(いため用) 0.4	コチジャン	1	だいず	10	砂糖	0.5			
	削節	2	冷凍グリーンピース	3	干ししいたけ	塩	0.2	料理ワイン 1	料理ワイン 1	パプリカ 0.02	トマト	8	トック	20	豚肉	10	ホールトマト	20		
	煮干し	9	ひまわり油(いため用)	0.6	しょうが	ひじき	3	片栗粉 0.5	片栗粉 0.5	塩 0.3	削節	1	料理酒	0.5	油揚げ	4	トマトケチャップ	5		
	なたね油(揚げ用)	0.5	カールールウ	12	ひまわり油(いため用)	にんじん	7	冷凍カットペーコン 15	冷凍カットペーコン 15	みずな 20	塩 0.5	にんじん 10	冷凍液卵	15	冷凍さといも	20	ウスターソース	3		
	白ごま	0.5				じゃがいも 30	たまねぎ 15	にんじん 15	しらす干し 5	こしょう 0.02	たけのこ水煮	10	にんじん 15	にんじん 15	にんじん	20	料理ワイン	2		
	砂糖	1.5	ポークパイオン	5	ポークパイオン 10	たまねぎ 30	冷凍むきだめ 10	たまねぎ 30	たまねぎ 30	油揚げ 5	ます 1切(40)	白ごま 1	おろしにんにく 0.1	つきこんにゃく 10	合わせみそ 12	キャベツ 40	きゅうり 10			
	こいくちしょうゆ	1	トマトケチャップ	2	うすくちしょうゆ 3	冷凍ホールコーン 8	冷凍グリーンピース 3	ひまわり油(いため用) 0.6	ひまわり油(いため用) 0.6	にんじん 5	にんじん 2	みりん 1	ひまわり油(いため用) 0.2	ポークパイオン 8	うすくちしょうゆ 3	塩 0.5	こしょう 0.01	削節 2		
	栗甘露煮	6	ウスターソース	2	料理酒 1	砂糖 2	ポークパイオン 8	うすくちしょうゆ 2	うすくちしょうゆ 2	みりん 1	なたね油(揚げ用) 2.5	アップルゼリー(ミニ) 1コ(23)	こしょう 0.01							
	さつまいも	30	冷凍カリフラワー	40	塩 0.4	こいくちしょうゆ 3	塩 0.1	削節 0.5	こしょう 0.01											
みりん	1	マヨネーズ 1袋(8)	こしょう 0.02																	
塩	0.01																			

日・曜日	23日(木)	24日(金)	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)
こんだて	ごはん けい肉のみそがらめ さわにわん	ひょうごの小麦パン さわらのエスニック風 チンゲンサイのスープ	ごはん ぶた肉入りらたま みそしる み か ん	☆郷土料理(兵庫県) ☆たこめし わかさぎのからあげ ☆もち麦めん	パ ン 焼ハンバーグ ぶた肉と野菜のスープ	ごはん あじのたつたあげ ☆黒豆 ☆かすじ	パ ン けい肉のチャウダー ゆで野菜(ブロッコリー)
お か ず の 内 容	冷凍鶏肉皮付 40 鶏レバー 20 しょうが 0.6 おろしにんにく 0.1 こいくちしょうゆ 2 料理酒 1 片栗粉 6 なたね油(揚げ用) 4 白ごま 2 赤みそ 4 砂糖 1 みりん 2 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 冷凍えのきたけ 5 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	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 塩 0.2 一味とうがらし 0.01 チンゲンサイ 30 冷凍豚肉 20 木綿豆腐 25 たまねぎ 15 ひまわり油(いため用) 0.2 ポークパイオン 8 こいくちしょうゆ 3 料理酒 1 塩 0.3 こしょう 0.03	冷凍豚肉 25 冷凍液卵 25 にら 15 干ししいたけ 0.5 しょうが 0.2 ひまわり油(いため用) 0.4 料理酒 1.5 塩 0.3 こしょう 0.01 木綿豆腐 35 油揚げ 3 じゃがいも 20 たまねぎ 15 わかめ 0.7 合わせみそ 12 削節 2 みかん 1コ(85)	冷凍ゆでこ 18 竹輪 5 にんじん 5 ごぼう 5 砂糖 1.5 こいくちしょうゆ 2.5 料理酒 30 わかさぎ 30 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 もちむぎめん 10 冷凍鶏肉皮引 25 料理酒 0.5 油揚げ 5 にんじん 10 冷凍さやいんげん 5 しょうが 0.3 ひまわり油(いため用) 0.4 ポークパイオン 8 こいくちしょうゆ 2 料理酒 1 塩 0.4 こしょう 0.01	チキンハンバーグ 1コ(60) ひまわり油(いため用) 0.4 たまねぎ 10 ひまわり油(いため用) 0.2 砂糖 0.5 トマトケチャップ 6 ウスターソース 3 冷凍豚肉 30 にんじん 15 たまねぎ 30 冷凍さやいんげん 5 しょうが 0.3 ひまわり油(いため用) 0.4 ポークパイオン 8 こいくちしょうゆ 2 料理酒 1 塩 0.4 こしょう 0.01	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 黒豆煮豆 15 冷凍豚肉 20 油揚げ 2 にんじん 10 だいこん 25 青ねぎ 3 つきこんにゃく 5 酒かす 9 合わせみそ 6 うすくちしょうゆ 1 削節 2	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 チキンパイオン(濃縮) 3 料理ワイン 2 塩 0.5 こしょう 0.02 冷凍ブロッコリー 40 フレンチドレッシング 1袋(8)

## アドウィンドウ 展示のお知らせ

12月28日(土)から1月30日(木)  
まで、学校給食週間にちなんで「神  
戸の学校給食」というテーマでア  
ドウィンドウに展示します。ぜひ、  
ご覧ください。



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

放射性物質検査報告 9/4に検査  
しました「きゅうり」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・みずな・チンゲンサイ・こまつな・ほうれんそう・じゃがいも・  
にんじんは、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。

1月目標 いろいろな地域のこんだてを知ろう