

平成31年2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
(一財)神戸市学校給食会

日・曜日	1日(金)	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)
こんだて	ごはん ハッシュドビーフ 野菜のドレッシングそえ 節分豆	セルフドッグ (つくねフライ・野菜) 豆乳チャウダー	◎ 節 分 料 理 ごはん	パン	ごはん	ごはん	ごはん	パン	ごはん(小)	ごはん
			◎いわしのかんろに ぶた肉のはりはりじる	だいず入りチキンカレー も 蒸し野菜(カリフラワー)	けい肉のみそがらめ ビーフンスープ	おろしハンバーグ 五 色 に ミニゼリー(アセロラ)	味 つけ の り ぶた肉とだいこんのいために み そ し る	ま ぐ ろ カ ツ ちゅうかスープ	カレーうどん たらのみぞれかけ	京 風 う ま に たまねぎ天のにびたし
おかず の 内 容	冷凍牛肉 40 にんじん 20 たまねぎ 50 冷凍グリーンピース 5 マッシュルーム 10 ひまわり油(いため用) 0.6 ポークブイオン 5 ホールトマト 30 トマトケチャップ 4 ウスターソース 5 料理ワイン 2 塩 0.5 こしょう 0.02 ガーリック 0.04 米粉 2 にんじん 5 キャベツ 35 きゅうり 5 コルスロードレッシング1袋(10) ＜節分豆 1袋(10)	つくねスティック 1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) 料理ワイン 0.25 ベーコン 10 じゃがいも 35 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) 0.6 バター 1 豆乳 30ml ホワイトソース 30 ポークブイオン 5 料理ワイン 2 塩 0.4 こしょう 0.01	いわしレトルト 1切(40) しょうが 1.5 砂糖 3 こいくちしょうゆ 5 料理酒 3 冷凍豚肉 15 冷凍豆腐 30 冷凍油揚げ 3 みずな 20 にんじん 10 しょうが 0.3 うすくちしょうゆ 4 料理酒 1 塩 0.1 削節 2	冷凍鶏肉 30 だいず水煮 30 じゃがいも 30 にんじん 20 たまねぎ 30 ひまわり油(いため用) 0.6 カレールウ 8 チキンブイオン(濃縮) 4 トマトケチャップ 2 ウスターソース 2 料理ワイン 2 こしょう 0.01 冷凍カリフラワー 40 青じそドレッシング1袋(8)	冷凍鶏肉 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 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 干しいたけ 0.3 ポークブイオン 10 うすくちしょうゆ 3 料理酒 1 塩 0.5 こしょう 0.02	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 チキンブイオン(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 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 アセロラゼリー(ミニ)1コ(22)	味つけのり 1袋(1.5) 冷凍豚肉 30 だいこん 35 にんじん 15 ひまわり油(いため用) 0.6 ポークブイオン 5 砂糖 1 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 チキンブイオン(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	まぐろカツ 1コ(50) なたね油(揚げ用) 5 トマトケチャップ 2.5 ウスターソース 2.5 冷凍鶏肉皮引 20 砂糖 15 にんじん 15 たまねぎ 40 冷凍ホールコーン 8 片栗粉 0.5 冷凍豆腐 35 冷凍油揚げ 3 じゃがいも 20 にんじん 10 たまねぎ 15 青ねぎ 3 合わせみそ 12 削節 2	冷凍うどん 45 牛肉 30 にんじん 10 たまねぎ 30 白ねぎ 5 にんじん 20 カレールウ 7 砂糖 0.2 こいくちしょうゆ 4 料理酒 2 削節 2 冷凍たら角切 50 塩 0.3 こしょう 0.01 片栗粉 4 米粉 1.5 なたね油(揚げ用) 3 冷凍おろしだいこん 20 砂糖 1 こいくちしょうゆ 2	冷凍豚肉 25 だいず水煮 24 冷凍がんもどき 15 ひじき 3 にんじん 20 冷凍さやいんげん 5 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 0.2 削節 1 淡路たまねぎ天 20 冷凍ほうれんそう 10 はくさい 40 砂糖 0.7 こいくちしょうゆ 2 削節 1
	日・曜日	18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)
こんだて	小 型 パ ン み そ ラ ー メ ン ミートボールのからあげ ぼ ん か ん	パ ン 神戸いちじくジャム クリームシチュー 蒸し野菜(ブロッコリー)	○新 料 理 パ ン ミルメーク(コーヒー) ミ ン チ カ ツ おしむぎ ○押麦のトマトスープ	ごはん つくねのうまに か す じ る	さ け ご は ん あげのふくめに さ わ に わ ん	パ ン ハ 宝 菜 あげぎょうざ あんにんどうふ	ごはん 鉄 火 に ちりめんじゃこのいりに	米 粉 パ ン あじのケチャップソース ウインナーポトフ	ごはん 他 人 と じ 野菜のごまあえ	
			エネルギー 644kcal たんぱく質 26.2g カルシウム 326mg 鉄 2.4mg ビタミンA 409μgRAE ビタミンB ₁ 0.38mg ビタミンB ₂ 0.54mg ビタミンC 26mg 食物繊維 4.0g 食塩相当量 2.3g 脂肪エネルギー比 29.5%							
おかず の 内 容	中華めん 15 豚肉 20 冷凍いか 10 料理酒 0.25 にんじん 10 キャベツ 30 青ねぎ 3 ひまわり油(いため用) 0.4 ポークブイオン 8 合わせみそ 8 うすくちしょうゆ 1 塩 0.1 こしょう 0.02 ミートボール(野菜) 3コ(45) なたね油(揚げ用) 1.5 ＜ぼんかん 1コ(80)	神戸いちじくジャム1袋(10) 冷凍鶏肉 30 じゃがいも 50 にんじん 20 たまねぎ 30 ひまわり油(いため用) 0.6 牛乳 10ml ホワイトソース 30 チキンブイオン(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 アイランドドレッシング1袋(8)	ミルメーク(コーヒー)1袋(5) ポークミンチカツ 1コ(60) なたね油(揚げ用) 6 押麦 5 冷凍鶏肉皮引 20 じゃがいも 20 にんじん 10 たまねぎ 20 キャベツ 20 おろしにんにく 0.1 ひまわり油(いため用) 0.6 チキンブイオン(濃縮) 6 ホールトマト 20 砂糖 0.5 トマトケチャップ 5 料理ワイン 1 塩 0.4 こしょう 0.01	里芋れんこん鶏つくね 50 白ねぎ 12 砂糖 1 こいくちしょうゆ 1.5 料理酒 1 削節 0.5 片栗粉 0.5 冷凍豚肉 20 冷凍油揚げ 2 にんじん 10 だいこん 25 青ねぎ 3 つきこんにやく 5 酒かす 9 合わせみそ 6 うすくちしょうゆ 1 削節 2	冷凍鮭フレーク 15 竹輪 5 冷凍ホールコーン 3 ひまわり油(いため用) 0.2 砂糖 0.5 こいくちしょうゆ 0.2 料理酒 0.5 冷凍生揚げ 45 砂糖 2 こいくちしょうゆ 3 料理酒 1 削節 1 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	豚肉 25 冷凍えび 15 冷凍いか 10 料理酒 0.75 にんじん 15 はくさい 60 たまねぎ 30 青ねぎ 8 干しいたけ 0.5 ひまわり油(いため用) 0.6 こいくちしょうゆ 2 料理酒 1 塩 0.3 片栗粉 1 ひじき入りぎょうざ2コ(36) なたね油(揚げ用) 1.5 杏仁豆腐 30 りんごレトルト 20 みかん缶 20 砂糖 1	冷凍牛肉 30 冷凍生揚げ 35 じゃがいも 40 にんじん 15 ごぼう 20 ひまわり油(いため用) 0.6 合わせみそ 6 砂糖 3 こいくちしょうゆ 0.8 料理酒 1 削節 1 しらす干し 12 砂糖 2 こいくちしょうゆ 1 料理酒 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 荒挽ミカケルウインナー 25 じゃがいも 40 にんじん 25 たまねぎ 30 ひまわり油(いため用) 0.6 チキンブイオン(濃縮) 4 料理ワイン 2 塩 0.8 こしょう 0.02	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 塩 0.5 削節 1 チンゲンサイ 10 にんじん 7 キャベツ 40 白ごま 2 中華ドレッシング1袋(10)	

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

キャベツ・みずな・チンゲンサイ・こまつな・ほうれんそう・にんじん・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。

神戸市学校給食

検索

2月目標 楽しい給食の時間を工夫しよう