## 平成29年7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	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	10日(月)	11日(火)	12日(水)
こんだて	小 型 パ ン 焼 そ ば カリフラワーのあまずづけ	☆ 季 節 料 理 ご は ん 他 人 と じ	○ 新料理 パン キャベツ入りミンチカツ	ご は ん焼 鳥 風 に	ご は ん	黒 糖 パ ン とうふチャンプルー ミートボールのチリソース	パ ン つくねフライ ツ ナ ポ テ ト	☆ 季 節 料 理 ご は ん ふりかけ (ゆかり) あじのたつたあげ
	みかんゼリー	☆ な す の 田 楽	○とんじゃがスープ	七夕そうめんじる	ひじきと油あげのにもの	パインアップル	パンプキンスープ	☆とうがんスープ
おかずの内容	焼そばめん 20 冷凍豚肉 30 (冷凍いか 10 料理酒 0.25 にんじん 15 キャベツ 55 たまねぎ 20 青ねぎ 5 ひまわり油(いため用) 0.6 ウスターソース 5 料理酒 0.5 塩 0.3 こしょう 0.02 (冷凍カリフラワー 40 便株 1 酢 1.5 塩 0.15 カレー粉 0.1 < みかんゼリー 1コ(70)	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       とこいくちしょうゆ     2       料理酒     1       塩     0.5       削節     1       なすなは、揚げ用)     1.5       冷凍鶏肉皮引ひき肉     10       ひまわりみそ     5       砂糖     3       料理酒     0.5       片栗粉     0.2	キャベツ入りミンチカツ 1コ(60)       なたね油(揚げ用)     6       冷凍豚肉     20       じゃがいも     40       にんじん     15       たまねぎ     20       ひまわり油(いため用) 0.6     ボークブイヨン     10       うすくちしょうゆ     3       料理酒     1       塩     0.5       こしょう     0.01	令凍鶏肉 60 鶏レパー 13 白ねぎ 12 しょうが 0.3 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 片栗粉 0.8 そうめん 10 うずらしかまぼこ 5 にんじん 5 みつば 3 うすくちしょうゆ 5 料理酒 1 塩 0.2 削節 1 出しこんぶ 0.5	冷凍牛肉 30   じゃがいも 60   にんじん 15   たまねぎ 40   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   ⑦ 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	冷凍原	つくねスティック1本(40) なたね油(揚げ用) 1.5 まぐろ油漬 15 じゃがいも 40 冷凍ホールコーン 5 たまねぎ 15 パセリ 0.2 ひまわり油(いため用) 0.4 塩 0.2 こしょう 0.01 ( 冷凍かばちゃ 40 たまねぎ 40 ひまわり油(いため用) 0.6 牛乳 10ml ホワイトソース 15 チキンブイヨン(濃縮) 9 塩 0.7 こしょう 0.02	くふりかけ(ゆかり) 1袋(0.8)
日・曜日	13日(木)	14日(金)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	小学生中学年 一食あたり	Lish.ixt.)	
こんだて	<ul><li>☆ 季 節 料 理</li><li>ご は ん</li><li>☆ 夏野菜のカレー</li><li>フライビーンズ</li></ul>	ご は ん 和風ハンバーグ 五 色 に	ご は んや まとに こまつなのいためもの	パ ン りんごジャム かぼちゃコロッケ コーンスープ	プルコギトッパプ (焼肉どんぶり) わかさぎのからあげ 春雨 ス - プ	平均栄養量  - エネルギー	<ul><li>農薬や化学肥料をできた安全・安心な野菜で</li></ul>	神戸市内で生産され、 るだけ使わずに作られ
おかずの内容	冷凍豚肉 35	豆腐入りチキンハンバーグ 1コ(60) チキンブイヨン(ストレート) 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 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	冷凍牛肉 30	くりんごジャム 1袋(15)     かほちゃコロッケ1コ(50)     なたね油(揚げ用) 5     冷凍ホールコーン 10     スイートコーン 40     冷凍鶏肉皮引 20     にんじん 15     たまねぎ 40     ひまわり油(いため用) 0.6     牛乳 30ml     チキンブイヨン(濃縮) 5     料理ワイン 2     塩 0.6     こしょう 0.02	200   30   30   30   30   30   30   30	カルシウム       333mg       鉄       2.6mg       ビタミンA       428 µg       ビタミンB1       0.38mg       ビタミンB2       0.54mg       ビタミンC       27mg       食物繊維       3.9g       食塩相当量       2.2g       脂肪エネルギー比       29%	「菜菜(なな)ちゃん」 は農家の皆さ神のなまされて作る時間では、の満では、の満では、の満では、の満では、の満では、の満では、・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	**** **** **** *** *** *** *** *** ***

## 7月目標 健康を考えてしっかり食べよう

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

神戸市学校給食

## 材の産地情報」「放放射性物質検査報告

(検索)

5 / 23に検査しました「くきわかめ」の結果は 「検出せず」でした。ご安心ください。 たまねぎ・じゃがいも・なすは、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。