



令和元年9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	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	17日(火)
こんだて	☆ 季節料理									
	ごはん	小型パン	○ 新料理	ごはん	パン	ひじきごはん	○ 新料理	ごはん	ごはん	ごはん
	まぐろとひじきのもの	スパゲティミートソース フライビーンズ	パ ン さわらのレモンソース	けい肉の梅香あげ	ビーフンいため	わかさぎのからあげ	○ フィッシュ&チップス スープに	とうふのカレー ブロッコリー-ガーリックのため	あじの野菜あんかけ みそしる	ふりかけ(ゆかり) こうやのそばろに
おかずの内容	☆ きゅうりのピリからいため	ぶどう	○ スコッチブロス	にらたまスープ	しゅうまい(えび)	さつまじる		アイスクリーム	豆乳プリン	さわにわん
	まぐろ油漬 30 ひじき 3 冷凍かんもどき 25 にんじん 10 たまねぎ 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 削節 1 きゅうり 30 冷凍豚肉角切 20 おろしにんにく 0.1 ひまわり油(いため用) 0.4 砂糖 1.5 こいくちしょうゆ 3.5 酢 1 料理酒 3 トウバンジャン 0.1	スパゲティ 22 冷凍牛肉ひき肉 30 にんじん 10 たまねぎ 45 冷凍グリーンピース 5 ひまわり油(いため用) 0.6 ホワイトソース 13 トマトケチャップ 9 ウスターソース 3.5 料理ワイン 1 塩 0.3 こしょう 0.02 だいず水煮 20 片栗粉 2 なたね油(揚げ用) 1.5 砂糖 2 こいくちしょうゆ 1 ぶどう 30	さわら 1切(50) 料理酒 0.5 塩 0.3 片栗粉 4 米粉 1.5 なたね油(揚げ用) 3 レモン果汁 5 砂糖 4 うすくちしょうゆ 3.5 押麦 3 冷凍鶏肉皮引 25 じゃがいも 20 にんじん 10 キャベツ 20 たまねぎ 20 セロリ 5 ひまわり油(いため用) 0.6 チキンブイヨン(濃縮) 5 料理ワイン 1 塩 0.7 こしょう 0.03	冷凍鶏肉皮付 60 塩 0.3 こしょう 0.01 片栗粉 4.5 米粉 1.5 なたね油(揚げ用) 4 うめペースト 3 砂糖 2 こいくちしょうゆ 2 料理酒 1 冷凍豚肉ひき肉 10 冷凍液卵 10 にんじん 10 たまねぎ 15 ひまわり油(いため用) 0.4 うすくちしょうゆ 3 料理酒 1 塩 0.1 こしょう 0.02	ビーフン 18 冷凍豚肉糸切 30 にんじん 15 冷凍はうれんそう 10 たまねぎ 25 干しいたけ 0.5 白ごま 1 ひまわり油(いため用) 0.5 ごま油 0.1 ポークブイヨン 5 さつまじり 4 料理酒 1 塩 0.1 こしょう 0.02 しゅうまい 3コ(54)	ひじき 2 しらす干し 3 竹輪 5 にんじん 7 ひまわり油(いため用) 0.2 砂糖 1 こいくちしょうゆ 2 わかさぎ 0.5 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 豚肉 15 さつまじり 4 にんじん 15 ごぼう 10 青ねぎ 3 つきこんにやく 10 合わせみそ 12 削節 2	白身魚フライ 1コ(40) なたね油(揚げ用) 4 じゃがいも 30 なたね油(揚げ用) 1 ベーコン 20 にんじん 20 キャベツ 50 たまねぎ 20 冷凍ホールコーン 7 ひまわり油(いため用) 0.6 ポークブイヨン 5 料理ワイン 2 塩 0.5 こしょう 0.02	冷凍豆腐 40 冷凍牛肉ひき肉 40 にんじん 15 たまねぎ 40 なす 20 しょうが 0.5 ひまわり油(いため用) 0.6 削節 5 こいくちしょうゆ 3 トマトピューレ 2 トマトケチャップ 4 料理ワイン 0.5 塩 0.4 こしょう 0.01 ガーリック 0.02 カレー粉 0.7 冷凍ブロッコリー 40 ポークハム 5 ガーリック 0.02 ひまわり油(いため用) 0.4 塩 0.1 アイスクリーム 1コ(60)	あじ 1切(50) しょうが 1 こいくちしょうゆ 1 料理酒 0.5 片栗粉 5 なたね油(揚げ用) 2.5 にんじん 5 たまねぎ 10 たけのこ水煮 10 冷凍ホールコーン 5 ひまわり油(いため用) 0.2 砂糖 1.5 こいくちしょうゆ 1.5 トマトケチャップ 1.5 酢 1.5 片栗粉 0.5 冷凍油揚げ 3 じゃがいも 30 にんじん 10 たまねぎ 25 わかめ 0.7 合わせみそ 12 削節 2 豆乳プリン 1コ(40)	ふりかけ 1袋(0.8) 凍り豆腐 8 冷凍鶏肉皮ひき肉 25 にんじん 5 たまねぎ 10 しょうが 0.4 ひまわり油(いため用) 0.4 砂糖 2 うすくちしょうゆ 3 料理酒 2 片栗粉 0.5 削節 1 冷凍豚肉糸切 30 冷凍はうれんそう 10 じゃがいも 15 にんじん 10 ごぼう 10 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

日・曜日	18日(水)	19日(木)	20日(金)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	30日(月)	<div> <p>今年のお月見は、 9月13日(金)です。 この日の月は「中秋の名月」「十五夜」とよばれ、だんごやおもち、さといも、すすきなどを をお供えて月をながめます。</p> </div>	
こんだて	米粉入りパン	ごはん	ごはん	はつがげんまい 発芽玄米入りごはん	パン	ごはん	ごはん	パン		
	コロッケ	やまとに	ますのからあげ	親子に	ビーフシチュー	和風ハンバーグ	けい肉のうまに	洋なしジャム		
	はるさめ 春雨スープ なしゼリー	神戸たまねぎ天のびたし	みそしる	たらのあげに	蒸し野菜(カリフラワー)	五色さんぴら	ひじきとうもろこしのもの	けい肉のスパイシーに ぶた肉と野菜のスープ		
おかずの内容	コガ(神戸産がれ入) 1コ(60) なたね油(揚げ用) 6 はるさめ 10 豚肉 20 にんじん 15 冷凍はうれんそう 10 干しいたけ 0.3 しょうが 0.3 ひまわり油(いため用) 0.4 ポークブイヨン 10 うすくちしょうゆ 3 料理酒 1 塩 0.4 こしょう 0.02 なしゼリー 1コ(50)	牛肉 30 だいず水煮 26 じゃがいも 40 にんじん 15 たけのこ水煮 10 つきこんにやく 10 ひまわり油(いため用) 0.6 砂糖 4 こいくちしょうゆ 6 削節 1 神戸たまねぎ天 20 冷凍はうれんそう 10 キャベツ 40 砂糖 0.7 こいくちしょうゆ 2 削節 1	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 キャベツ 30 冷凍鶏肉皮引ひき肉 7 しょうが 0.1 ひまわり油(いため用) 0.2 砂糖 1 こいくちしょうゆ 1 料理酒 0.3 塩 0.3 片栗粉 0.5 じゃがいも 30 こまつな 15 たまねぎ 25 合わせみそ 12 削節 2	冷凍鶏肉皮付 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 冷凍グリーンピース 5 砂糖 2.5 こいくちしょうゆ 3 料理酒 1 塩 0.4 削節 1 冷凍たら角切 40 しょうが 0.4 こいくちしょうゆ 1 料理酒 0.5 片栗粉 2 米粉 0.7 なたね油(揚げ用) 2.5 こいくちしょうゆ 1.5 料理酒 0.5 みりん 0.5	冷凍牛肉角切 35 じゃがいも 50 にんじん 20 たまねぎ 30 セロリ 3 マッシュルーム水煮 7 ひまわり油(いため用) 0.6 デミグラスソース 25 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 1 塩 0.3 こしょう 0.02 冷凍カリフラワー 40 ノンエッグドレッシング 1袋(8)	豆揚げお好みバーガー 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 30 ごぼう 30 にんじん 20 ピーマン 10 干しいたけ 0.5 つきこんにやく 10 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	冷凍鶏肉皮付 40 冷凍生揚げ 30 たまねぎ 25 たまねぎ 30 青ねぎ 5 つきこんにやく 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 3 冷凍ホールコーン 10 ベーコン 5 にんじん 8 ひまわり油(いため用) 0.4 砂糖 1 こしょう 0.01	洋なしジャム 1袋(10) 冷凍鶏肉皮付 40 鶏レバー 13 たまねぎ 20 しょうが 0.4 ひまわり油(いため用) 0.4 ホールトマト 10 砂糖 0.3 こいくちしょうゆ 1 トマトケチャップ 3 ウスターソース 1 料理ワイン 1 塩 0.2 カレー粉 0.2 片栗粉 0.8 冷凍豚肉 30 にんじん 15 たまねぎ 30 冷凍こまつな 5 冷凍じゃがいも 5 しょうが 0.3 ひまわり油(いため用) 0.4 ポークブイヨン 8 こいくちしょうゆ 2 料理酒 1 塩 0.4 こしょう 0.01	エネルギー 658kcal たんぱく質エネルギー比 15.8% 脂肪エネルギー比 29.5% カルシウム 318 mg マグネシウム 83 mg 鉄 2.3 mg ビタミンA 329 μgRAE ビタミンB ₁ 0.38 mg ビタミンB ₂ 0.51 mg ビタミンC 20 mg 食物繊維 3.8g 食塩相当量 2.2g	

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」「放射物質検査結果」を掲載しています

神戸市学校給食

検索



ラグビーワールドカップ
神戸大会出場チーム献立

きゅうり・なす・こまつなは、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。