

日・曜日	1日(木)	2日(金)	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	
				○ 新 料 理							
	 ご は /	ノパン	ご は ん	ごはん	パン	ごはん	パン	 ご は ん	ごはん	パン	
こんだて					カレー肉じゃが				ベジタブルカレー		
	かぼちゃのそぼろあんか	t コ ロ ッ ケ	親子に	│ ○ おから肉そぼろ	小魚の天ぷら	和風焼ハンバーグ	野菜のクリームスープ	さわらのたつたあげ	ささみフライ	クリームシチュー	
	ぶたじる	ラーチンゲンサイのスープ	切干しだいこんのうまに	ぶた肉と野菜のスープ	み か ん	五色に	さつまいもとだいずのかりんとう	さわにわん	ゆで野菜 (ブロッコリー)	野菜のいために	
		5 「チキンコロッケ 1コ(60)	冷凍鶏肉 30 料理酒 0.75	冷凍おから 15 冷凍鶏肉皮引ひき肉 30	豚肉 30	豆腐入りチキンハンバーグ 1 コ (60)	冷凍鶏肉皮引 30	「さわら 1切(50) しょうが 0.5	備蓄用ベジタブルカレー (180g)	(冷凍鶏肉 30 じゃがいも 50	
	冷凍鶏肉皮引ひき肉 2	(1391) / II)	冷凍液卵 30	竹輪 10	じゃがいも 60 にんじん 15	ひまわり油(いため用) 0.4 チキンブイヨン(ストレート) 10	にんじん 20 キャベツ 30	こいくちしょうゆ 2	たまねぎ 32	にんじん 20	
	しょうが 0.	/ チンケンサイ 30	じゃがいも 50 にんじん 15	にんじん 10 青ねぎ 5	たまねぎ 40	砂糖 3	だいこん 25	料理酒 0.5	じゃがいも 22	たまねぎ 30 ひまわり油(いため用) 0.6	
おかずの内容	ひまわり油(いため用) 0.	冷凍豚肉 20	たまねぎ 30	于ししいたけ 0.3 しょうが 0.3	ひまわり油(いため用) 0.6	こいくちしょうゆ 3	ひまわり油(いため用) 0.6	片栗粉 5 なたね油(揚げ用) 3	にんじん 16	(いため用) 0.6 牛乳 10ml	
	1	1 木綿豆腐 25	冷凍グリーンピース 5砂糖 2.5	しょうが 0.3 ひまわり油(いため用) 0.4	砂糖 2	料理酒 1.5	バター 1	冷凍豚肉糸切 30	かぼちゃペースト 9	ホワイトソース 30	
	401 田浦	1	こいくちしょうゆ 3	砂糖 2 こいくちしょうゆ 3.5	うすくちしょうゆ 4		中乳 20ml ホワイトソース 25	みずな 10	なたね油 6.7	チキンブイヨン(濃縮) 3 料理ワイン 2	
	片栗粉 0.		料理酒 1 塩 0.4	料理酒 1	料理酒 1	冷凍豚肉 25	チキンブイヨン(濃縮) 5	にんじん 10 だいこん 15	とうもろこし 6.3	塩 0.5	
			削節 1	削節 1 1	カレー粉 0.3	ひじき 3	料理ワイン 1	ごぼう 10	マッシュポテト 4.5	こしょう 0.02 合凍豚肉糸切 10	
	じゃがいも 4	0.2	別士したいこん 6	にんじん 15 たまねぎ 30	削節 1 煮干し 9	にんじん 20	塩 0.7	干ししいたけ 0.3 しょうが 0.4	調味料等	にんじん 7	
	にんじん 2)	にんじん 5	しょうが 0.3	冷凍液卵 2	ごぼう 25	こしょう 0.02	うすくちしょうゆ 3		キャベツ 35 冷凍ホールコーン 7	
	ごぼう 1		砂糖 1	ひまわり油(いため用) 0.4 ポークブイヨン 10	小麦粉 2.5	ひまわり油(いため用) 0.6 砂糖 2.5	さつまいも 40 なたね油(揚げ用) 1.5	料理酒 1	ささみフライ 1コ(30)	ひまわり油(いため用) 0.4	
	青ねぎ	3 料理酒 1	こいくちしようゆ 2	こいくちしょうゆ 2	あおさ 0.1	こいくちしょうゆ 3.5	いりだいず 7	みりん 0.5 塩 0.4	L なたね油(揚げ用) 3	ポークブイヨン 0.5 こいくちしょうゆ 1.2	
	赤みそ 1	1 塩 0.3	料理酒 0.5 塩 0.1	料理酒 1 塩 0.4	なたね油(揚げ用) 1.5	料理酒 1	黑砂糖 4	こしょう 0.01	プロッコリー 35	料理酒 0.8	
	削節	2 くこしょう 0.03	削節 0.5	してしょう 0.01	□ みかん 1 □ (85)	削節 1	[塩 0.1	削節 1.5	し 青じそドレッシング 1袋(8)	塩 0.2	
日・曜日	15日(木)	16日(金)	19日(月)	20日(火)	21日(水)	中学年一食あたり					
こんだて			◎冬 至 料 理			平均栄養量		ジタブルカレー			
	生どんどん	<u>.</u> パ ン	ご は ん 小	ご は ん	パン	エネルギー		センター地区	12月13日(2	l v)	
	わかさぎのあまずづけ マカロニのトマト(ますのからあげ	京風うまに	けい肉のこはくあげ	627kcal			127154()		
					17 - 1 0 10 (05 17	ナッノリギノ 近				神戸市の学校給食では、気象警報の発令や調理	
		野菜のドレッシングチラ	○五日うどん	たまれぎ玉のにがたし	はるさめ	<u>たんぱく質</u> 24.9g	神戸	市の学校給食では	、気象警報の発令	や調理	
	/ 牛肉 3	野菜のドレッシングそえ つ / マカロニ 7		たまねぎ天のにびたし / 冷凍豚肉 20		24.9g カルシウム		□市の学校給食では ■故などにより、当			
	年肉 3 冷凍液卵 1	(マカロニ 7) 冷凍豚肉 30	「ます 1切(40)	,	春雨 ス ー プ 冷凍鶏肉 2 コ(60) しょうが 0.6	24.9g カルシウム 316 mg	中の事		日の給食を提供で	きない	
	(牛肉 3 冷凍液卵 1 たまねぎ 2 青ねぎ 2	フカロニ 7 つ 冷凍豚肉 30 じゃがいも 40	ます 1切(40) 塩 0.3 こしょう 0.01	冷凍豚肉 20 だいず 12 生揚げ 15	書 内 ス ー プ 冷凍鶏肉 2コ(60) しょうが 0.6 こいくちしょうゆ 3	24.9g カルシウム	中の事 場合に	事故などにより、当	日の給食を提供で の「ベジタブルカレ	きない	
	牛肉 3 冷凍液卵 1 たまねぎ 2 青ねぎ しょうが しょうが 0	フカロニ 7 つ 冷凍豚肉 30 つ 冷凍豚肉 40 じゃがいも 40 にんじん 15	ます 1切(40) 塩 0.3 こしょう 0.01 片栗粉 3	冷凍豚肉 20 だいず 12 生揚げ 15 ひじき 3	春雨 ス ー プ 冷凍鶏肉 2 コ(60) しょうが 0.6	24.9g カルシウム 316 mg 鉄 2.2 mg ビタミンA	中の事 場合に 各学校	事故などにより、当 C備えて、レトルト	日の給食を提供で の「ベジタブルカレ 。	きない ,-」を	
	(牛肉 (冷凍液卵 たまねぎ 青ねぎ しようが 0まり油(いため用) 砂糖	フカロニ 7 冷凍豚肉 30 じゃがいも 40 にんじん 15 4 たまねぎ 40	# 1 切(40) 塩 0.3 こしょう 0.01 / 片栗粉 3 、米粉 1	冷凍豚肉 20 だいず 12 生揚げ 15 ひじき 3 にんじん 20	まるさめ ス - プ 冷凍鶏肉 2コ(60) しょうが 0.6 こいくちしょうゆ 3 料理酒 0.5 片栗粉 4.5 米粉 1.5	24.9g カルシウム 316 mg 鉄 2.2 mg ビタミンA 247 μ g	中の事 場合に 各学材 この	■故などにより、当 2備えて、レトルト なで常備しています D「ベジタブルカレ-	日の給食を提供で の「ベジタブルカし 。 - 」は賞味期限があ	きない ,-」を	
	(牛肉 (冷凍液卵 たまねぎ 青ねぎ しようが 0まり油(いため用) 砂糖	フカロニ 7 冷凍豚肉 30 じゃがいも 40 にんじん 15 たまねぎ 40 冷凍がリーンピース 7	# 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	冷凍豚肉 20 だいず 12 生揚げ 15 ひじき 3	まるきめ ス - プ 冷凍鶏肉 2コ(60) しょうが 0.6 こいくちしょうゆ 3 料理酒 0.5 片栗粉 4.5 米粉 1.5 なたね油(揚げ用) 4	24.9g カルシウム 316 mg 鉄 2.2 mg ビタミン A 247 μ g ビタミン B ₁	中の事 場合に 各学材 この ので、	■故などにより、当 2備えて、レトルト で常備しています D「ベジタブルカレー 毎年1回給食で提信	日の給食を提供で の「ベジタブルカし。 -」は賞味期限があ 供しています。	きない /-」を ります	
おかず	牛肉 3 冷凍液卵 1 たまねぎ 2 青ねぎ しょうが しょうが 0 砂糖 いくちしょうゆ 料理酒 削節 0 0	ファカロニ 7 冷凍豚肉 30 じゃがいも 40 3 にんじん 15 4 たまねぎ 40 冷凍ケリーンピース 7 0 ひおり油(いため用) 0.6 ボークブイヨン 5	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 / 冷凍うどん 45	冷凍豚肉 20 だいず 12 生揚げ 15 ひじき 3 にんじん 20 ひまりが(いため用) 0.6	まるさめ ス - プ 冷凍鶏肉 2コ(60) しょうが 0.6 こいくちしょうゆ 3 料理酒 0.5 片栗粉 4.5 米粉 1.5	24.9g カルシウム 316 mg 鉄 2.2 mg ビタミンA 247 μ g	中の事 場合に 各学校 こので、 主な	配放などにより、当 2備えて、レトルト で常備しています D「ベジタブルカレー 毎年1回給食で提供 1原材料は、献立表	日の給食を提供で の「ベジタブルカし。 -」は賞味期限があ 供しています。	きない /-」を ります	
, , ,	牛肉 3 冷凍液卵 1 たまねぎ 2 青ねぎ 0 ひまり油(いため用) 0 砂糖 こいくちしょうゆ 料理酒 割節 わかさぎ 2 米粉 2	プロー 7 冷凍豚肉 30 じゃがいも 40 にんじん 15 たまねぎ 40 冷凍がリーンピース 7 ひまり油(いため用) 0.6 ボークブイヨン 5 砂糖 0.5	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 冷凍剤皮引 30 料理酒 0.75	冷凍豚肉 20 だいず 12 生揚げ 15 ひじき 3 にんじん 20 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	*** *** *** *** *** *** *** *** *** **	24.9g カルシウム 316 mg 鉄 2.2 mg ビタミンA 247 μ g ビタミン B ₁ 0.38 mg ビタミン B ₂ 0.52 mg	中の事 場合に 各学校 この ので、 主な 載して	さななどにより、当ななどにより、当ながでは で常備しています の「ベジタブルカレー毎年1回給食で提供 は原材料は、献立表	日の給食を提供での「ベジタブルカし。 ー」は賞味期限があ 供しています。 のおかずの内容の	きない ノー」を ります 欄に記	
おかずの内容	牛肉 3 冷凍液卵 1 たまねぎ 2 青ねぎ しょうが しょうが 0 びまわり油(いため用) 0 砂糖 こいくちしょうゆ 料理酒 0 わかさぎ 2 米粉 2 なたね油(揚げ用) 1	フカロニ 7 冷凍豚肉 30 じゃがいも 40 にんじん 15 たまねぎ 40 冷凍がリーンビース 7 ひまり油(いため用) 0.6 ボークブイヨン 5 砂糖 0.5 ホールトマト 20	選す 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 冷凍鶏肉皮引 30 料理酒 0.75 かぼちゃ 20	冷凍豚肉 20 だいず 12 生揚げ 15 ひじき 3 にんじん 20 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	まるきめ ス - プ 冷凍鶏肉 2コ(60) しょうが 0.6 こいくちしょうゆ 3 料理酒 0.5 片栗粉 4.5 米粉 1.5 なたね油(揚げ用) 4 はるさめ 10 冷凍豚肉 20	24.9g カルシウム 316 mg 鉄 2.2 mg ビタミンA 247 μg ビタミンB ₁ 0.38 mg ビタミン B ₂ 0.52 mg	中の事 場合と 名学材 こので、 主な 載して 卵や	記故などにより、当 2備えて、レトルト で常備しています の「ベジタブルカレー 毎年1回給食で提供 は原材料は、献立表 います。 で乳などを使わずに	日の給食を提供での「ベジタブルカし。 ー」は賞味期限があ 供しています。 のおかずの内容の	きない ノー」を ります 欄に記	
, , ,	牛肉 3 冷凍液卵 1 たまねぎ 2 青ねぎ しょうが しようが 0 砂糖 こいくちしょうゆ 料理節 0 かかさぎ 2 水粉 2 なたね油(揚げ用) 1 砂糖 こいくちしょうゆ こいくちしょうゆ 1	マカロニ 7 冷凍豚肉 30 じゃがいも 40 にんじん 15 たまねぎ 40 か凍がリーンピース 7 ひまり油(いため用) 0.6 ボークブイヨン 5 か悪 ルトマト 20 トマトケチャップ 3 フェターソース 3 3	選す 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 冷凍鶏肉皮引 30 料理酒 0.75 かぼちゃ 20 にんじん 10	冷凍豚肉 20 だいず 12 生揚げ 15 ひじき 3 にんじん 20 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	は 8 き 8 雨 ス - プ	24.9g カルシウム 316 mg 鉄 2.2 mg ビタミンA 247 μ g ビタミン B ₁ 0.38 mg ビタミン B ₂ 0.52 mg	中の事 場合学校 こで、主 の 主して 取りや て作っ	記故などにより、当 2備えて、レトルト で常備しています の「ベジタブルカレー 毎年1回給食で提供 は原材料は、献立表 います。 ・乳などを使わずに ったカレーです。	日の給食を提供での「ベジタブルカレ。」は賞味期限があせしています。のおかずの内容のアレルギー児童に	きない ノー」を ります 欄に記	
, , ,	牛肉 3 冷凍液部 1 たまねぎ 2 青ねぎ 0 しようが 0 砂糖 こいくちしょうゆ 料理酒 0 わかさぎ 2 米粉 なたね油揚げ用) 1 砂糖 1 こいくちしょうゆ 1 正 1 こまつな 1	ファカロニ 7 冷凍豚肉 30 じゃがいも 40 にんじん 15 たまねぎ 40 冷凍がリーンピース 7 ひまり油(いため用) 0.6 ボークブイヨン 5 砂糖 0.5 ホールトマト 20 トマトケチャップ 5 ウスターソース 3 料理ワイン 2	### 1 切(40) 塩	冷凍豚肉 20 だいず 12 生揚げ 15 ひじき 3 にんじん 20 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	は る き め	24.9g カルシウム 316 mg 鉄 2.2 mg ビタミンA 247 μg ビタミンB ₁ 0.38 mg ビタミン B ₂ 0.52 mg ビタミン C 24 mg	中 場 会 学 こ で 主 し 卵 作 さ ち そ こ で き し の き し り り り り り り り り り り り り り り り り り り	記故などにより、当 2備えて、レトルト で常備しています D「ベジタブルカレー 毎年1回給食で提供 原材料は、献立表 います。 の乳などを使わずに ったカレーです。 5に詳しい内容が	日の給食を提供での「ベジタブルカし。 ー」は賞味期限があ 供しています。 のおかずの内容の	きない ノー」を ります 欄に記	
	牛肉 3 冷凍液部 1 たまねぎ 2 青ねぎ しょうが しょうが 0 砂糖 こいくちしょうゆ 料理酒 0 わかさぎ 2 水たね油(揚げ用) 1 ・砂糖 こいくちしょうゆ こよつな 1 によのじん 1	マカロニ 7 冷凍豚肉 30 じゃがいも 40 にんじん 15 たまねぎ 40 冷凍がリーンピース 7 ひまり油(いため用) 0.6 ボークブイヨン 5 砂糖 0.5 ホールトマトトマトケチャップ 5 ウスターソース 3 料理ワイン 2 塩 0.3	### 1 切(40) 地域 0.3 (こしょう 0.01)	冷凍豚肉 20 だいず 12 生揚げ 15 ひじき 3 にんじん 20 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 ほうれんそう 10 はくさい 40	************************************	24.9g カルシウム 316 mg 鉄 2.2 mg ビタミンA 247 μg ビタミンB1 0.38 mg ビタミンB2 0.52 mg ビタミンC 24 mg 食物繊維 3.8g 食塩相当量	中場各 の 載 て 必 が こ ら め か か に が で き し が に ら め か か に か に ら か に か に か に か に か に か に か に	記故などにより、当 2備えて、レトルト で常備しています 0「ベジタブルカレー 毎年1回給食で提供 原材料は、献立表 います。 ・乳などを使わずに ったカレーです。 らに詳しい内容が な場合は、学校へあ	日の給食を提供での「ベジタブルカレ。」は賞味期限があせしています。のおかずの内容のアレルギー児童に	きない ノー」を ります 欄に記 配慮し	
	牛肉 3 冷凍液部 1 たまねぎ 2 青ねぎ 0 しようが 0 砂糖 こいくちしょうゆ 料理酒 0 わかさぎ 2 米粉 なたね油揚げ用) 1 砂糖 1 こいくちしょうゆ 1 正 1 こまつな 1	マカロニ 7 冷凍豚肉 30 じゃがいも 40 じゃがいも 40 にんじん 15 たまねぎ 40 冷凍がリーンビース 7 ひまり油(いため用) 0.6 ボークブイヨン 5 砂糖 0.5 ホールトマト 20 トマトケチャップ 5 ウスターソース 3 料理ワイン 2 塩 0.3 だいこん 40	### 1 切(40) 地域 0.3 にしょう 0.01	冷凍豚肉 20 だいず 12 生揚げ 15 ひじき 3 にんじん 20 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 次路たまねぎ天 20 ほうれんそう 10	#	24.9g カルシウム 316 mg 鉄 2.2 mg ビタミンA 247 μ g ビタミンB1 0.38 mg ビタミンB2 0.52 mg ビタミンC 24 mg 食物繊維 3.8g	中場各 の 載 て 必 が こ ら め か か に が で き し が に ら め か か に か に ら か に か に か に か に か に か に か に	記故などにより、当 2備えて、レトルト で常備しています D「ベジタブルカレー 毎年1回給食で提供 原材料は、献立表 います。 の乳などを使わずに ったカレーです。 5に詳しい内容が	日の給食を提供での「ベジタブルカレ。 一」は賞味期限があ 供しています。 のあかずの内容の アレルギー児童に	きない ノー」を ります 欄に記 配慮し	

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 射性物質検査結果」を掲載しています

放射性物質検査報告__ 10/26に検査しました 神戸市学校給食 (検索)

「さけ・れんこん水煮」の結果はいずれも「検出せず」 でした。ご安心ください。

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