

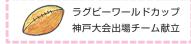
日・曜日	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	15日(火)	16日(水)
		分 新 料 理	1	÷ Ø °			☆季節料理				
こんだて	ご は ん こうやの五目に	○ 新 料 理 パ ン バ タ ー	ご は ん (小) みそにこみうどん	○ 新 料 理 パ ン	ごはん		菜 め し	ご は ん	パン	ご は ん ふりかけ(わかめウェット)	ごはん
		ハ いかのリングあげ ○ クスクスのスープ	小魚の米粉あげ	○ アイリッシュシチュー 蒸し野菜 (ブロッコリー)	京 風 う ま に こまつなのにびたし		☆ さんまのかんろに ぶ た じ る	野菜のドレッシングそえ	かぼちゃコロッケ ビーフンスープ	たらのみぞれかけ とんじゃがスープ	焼 鳥 風 に み そ し る
おかずの内容	冷凍豚肉 30にんじん 20たまねぎ 35冷凍グリンピース 3角こんにゃく 10砂糖 2こいくちしょうゆ 3.5	塩 0.2 チリパウダー 0.3 米粉 2 片栗粉 6 なたね油(揚げ用) 2.5	料理酒 1 みりん 0.2 削節 2	/ 冷凍牛肉角切 35 じゃがいも 50 にんじん 25 たまねぎ 40 セロリー 3 ひまわり油(いため用) 0.6 ボークブイヨン 15 料理ワイン 2 塩 0.8 こしょう 0.03 こりますことが 40	冷凍豚肉 25 だいず 12 冷凍生揚げ 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 こまつな 20 竹輪 10 キャベツ 30 砂糖 0.7	「	冷凍こまつな 25	牛肉 35 じゃがいも 50 にんじん 20 たまねぎ 40 冷凍グリンピース 3 ひまわり油(いため用) 0.6 カレールウ 12 ボークブイヨン 5 トマトケチャップ 2 ウスターソース 2 料理ワイン 2 にんじん 5 キャベツ 35	かはちゃコロッケ 1 コ(50) なたね油(揚げ用) 5	C ふりかけ 1 袋(2.5) ですけそうだら 1 切(50) 塩	ていくちしょうゆ 4 料理酒 1 片栗粉 0.8 冷凍豆腐 35 冷凍油揚げ 3 冷凍にまつな 15 たまねぎ 20
日・曜日	白ごま 2 中等パッシッグ 1袋(10) 17日(木) セルフドッグ		21日(月) ☆季節料理	「冷凍プロッコリー 40 □-トスロ-トヤンシジ 1 袋(10) 23日(水) 小 型 パ ン	2 にいくちしょうゆ 2 削節 1 24日(木) ご は ん	3 塩 0.5 こしょう 0.01 25日(金)	合わせみそ 12 削節 2 28日(月)	きゅうり 5 無様ドレッシング 1 袋(10) 29日(火) ☆季節料理	塩 0.5 こしょう 0.02 30日(水)	塩 0.5 こしょう 0.01 31日(木)	合わせみそ 12 削節 2 2 中学年一食あたり 平均栄養量
				仲 ス バ	C 10 70	かぼちゃパン	こ は ん	ご は ん	ノープルジャル	ご は ん	たんぱく質エネルギー比
	(ウィンナー・野菜) ポテトスープ		☆ 森のハンバーグ み そ し る	焼 そ ば カリフラワーのあまずづけ ヨ ー グ ル ト	<u>ちゅうか風たまごとじ</u>	か は ち ゃ ハ ノ クリームシチュー カミカミビーンズ	こ は ん さわらのたつたあげ とうふと野菜のスープ ミニゼリー(洋なし)	ぶた肉のかわりあげ ☆ き の こ じ る	ハ メープルジャム さけボールチャウダー 蒸し野菜(カリフラワー)	ご は ん ちくぜんに ひじきのにもの	たんぱく質エネルギー比 16.0% 脂肪エネルギー比 29.6%

10月目標 よくかんで食べよう

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

検索

神戸市学校給食



チンゲンサイ・こまつな・ほうれんそう・きゅうりは、 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。