

平成29年9月 こんだて表 (5地区)

◆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	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	19日(火)
こんだて	ごはん	パ	ひじきごはん	パ	ごはん	ごはん	小型パン	☆季節料理	○新料理	はつがけんまい	☆季節料理
	ビーフカレー	にこみハンバーグ	わかさぎのあまずけ	さわらのレモンソース	とうふのドライカレー	けい肉のみぞれあえ	スパゲティミートソース	ごはん	パ	発芽玄米入りごはん	パ
	蒸し野菜(ブロッコリー)	野菜ソテー					フライビーンズ	まぐろとひじきのもの	○けい肉のスパイシーに	あかうおのからあげ	洋なしジャム
おかずの内容			さつまじる	ウインナーポトフ	カリフラワーのソテー	にらたまスープ	ぶどう	☆きゅうりのピリからいため	野菜スープ	さわにわん	☆えだまめ
	牛肉	チキンハンバーグ 1コ(60)	ひじき	さわら 1切(50)	冷凍豆腐	冷凍鶏肉	スパゲティ	まぐろ油漬	冷凍鶏肉皮引	あかうお 1切(60)	洋なしジャム 1袋(10)
	じゃがいも	たまねぎ 10	しらす干し	料理酒 0.5	冷凍牛肉ひき肉	塩	冷凍牛肉ひき肉	ひじき	鶏レバー	塩	マカロニ 12
	にんじん	ひまわり油(いため用) 0.2	竹輪	塩 0.3	にんじん	こしょう 0.01	にんじん	冷凍がんもどき	たまねぎ	こしょう 0.01	冷凍鶏肉皮引 30
	たまねぎ	砂糖 0.5	にんじん	片栗粉 4	たまねぎ	40	たまねぎ	にんじん	しょうが	しょうが 0.4	冷凍えび 20
		トマトケチャップ 6	ひまわり油(いため用) 0.2	なす 20	なす	20	冷凍グリーンピース	たまねぎ	ひまわり油(いため用) 0.4	ホールトマト 20	料理ワイン 0.5
	冷凍グリーンピース	3	こいくちしょうゆ 2	米粉 1.5	しょうが	0.5	ひまわり油(いため用) 0.6	たまねぎ	ホールのトマト	砂糖 0.3	なたね油(揚げ用) 3.6
	ひまわり油(いため用) 0.6	ウスターソース 3	削節 0.5	なたね油(揚げ用) 3	ひまわり油(いため用) 0.6	5	ホワイ トソース 13	ひまわり油(いため用) 0.6	こいくちしょうゆ 1	冷凍豚肉糸切 30	にんじん 15
	カレールウ	12	冷 凍 豚 肉 糸 切 15	レモン果汁 5	こいくちしょうゆ 3	1.8	ウスターソース 9	砂糖	こいくちしょうゆ 3.5	こまつな 10	たまねぎ 50
	ポークパイオン	5	にんじん 10	砂糖 4	こいくちしょうゆ 2	3	ウスターソース 3.5	削節	塩	じゃがいも 15	冷凍グリーンピース 3
	トマトケチャップ	2	冷 凍 ほう れ ん そ う 10	うすくちしょうゆ 3.5	トマトピューレ	4	料理ワイン 1	きゅうり	カレー粉	にんじん 10	ひまわり油(いため用) 0.6
	ウスターソース	2	キャベツ 60	荒 挽 ミ ニ カ テ ル ウ イ ン ナ ー 25	料理ワイン 0.5	0.5	料理ワイン 1	冷 凍 豚 肉 角 切 20	ベーコン	ごぼう 10	バター 1
	料理ワイン	2	冷 凍 ホ ー ル コ ー ン 10	じゃがいも 40	塩 0.4	0.4	塩 0.3	冷 凍 豚 肉 角 切 20	じゃがいも 30	えのきたけ 5	牛乳 15ml
	冷凍ブロッコリー	40	ひまわり油(いため用) 0.6	にんじん 25	こしょう 0.01	0.02	こしょう 0.02	おろしにんにく 0.1	にんじん 15	しょうが 0.4	ホワイトソース 20
	ごまドレッシング1袋(8)		こいくちしょうゆ 2	たまねぎ 30	カレー粉 0.7	0.7	だいず水煮 20	ひまわり油(いため用) 0.2	たまねぎ 30	うすくちしょうゆ 3	キンピオン(ストリート) 5
		料理酒 1	ひまわり油(いため用) 0.6	ベーコン 15	15	片栗粉 2	砂糖	砂糖	料理酒 1	料理ワイン 1	
		塩 0.4	ごぼう 10	ポークパイオン(濃縮) 4	40	なたね油(揚げ用) 1.5	こいくちしょうゆ 3.5	ひまわり油(いため用) 0.6	みりん 0.5	塩 0.5	
		こしょう 0.02	青ねぎ 3	冷 凍 カ リ フ ラ ワ ー 40	0.5	砂糖 2	酢 3	ポークパイオン 8	うすくちしょうゆ 2	塩 0.4	
			つきこんにやく 10	料理ワイン 2	ひまわり油(いため用) 0.4	料理酒 1	こいくちしょうゆ 1	冷 凍 グ リ ー ン ピ ー ス 3	こしょう 0.01	こしょう 0.02	
			合わせみそ 12	塩 0.8	塩 0.1	塩 0.3	トウバンジャン 0.1	砂糖	削節 1.5	冷 凍 え だ ま め 22	
			削節 2	こしょう 0.02	こしょう 0.01	こしょう 0.01	ぶどう 30				
日・曜日	20日(水)	21日(木)	22日(金)	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	中学年一食あたり 平均栄養量		
こんだて	ごはん	パ	梅じゃこごはん	ごはん	パ	ごはん	米粉パン	ごはん	季節のくだもの		
	五色きんぴら	だいずの洋風にこみ	ますのからあげ	親子に	ビーフシチュー	ふりかけ(おかか)	米コロッケ	牛肉のうまに			
	こまつなとあげのみそに					ぶた肉のなんばんづけ	ぶた肉と野菜のスープ	ひじきとうもろこしのもの			
	ミニゼリー(アセロラ)	野菜のドレッシングぞえ	みそしる	田作り風	☆とうもろこし	みそしる	なしゼリー				
おかずの内容					☆季節料理						
	豚肉	冷凍牛肉	乾燥うめ	冷凍鶏肉	冷凍牛肉角切	ふりかけ 1袋(2)	コロッケ(神戸産ポトト)1コ(60)	冷凍牛肉			
	ごぼう	だいず	しらす干し	料理酒	じゃがいも	冷凍豚肉	なたね油(揚げ用) 6	冷凍生揚げ			
	にんじん	じゃがいも	だいこん葉(乾)	冷凍液卵	にんじん	こいくちしょうゆ 2	冷凍豚肉	にんじん			
	ピーマン	にんじん	みりん	じゃがいも	たまねぎ	料理酒 0.5	にんじん	たまねぎ			
	干しいたけ	たまねぎ	削節	にんじん	セロリー	片栗粉 5	たまねぎ	白ねぎ			
	つきこんにやく	冷凍グリーンピース 5	ます 1切(50)	たまねぎ	30	なたね油(揚げ用) 3	たまねぎ	角こんにやく			
	ひまわり油(いため用) 0.6	ひまわり油(いため用) 0.6	塩 0.4	冷凍グリーンピース 5	マッシュルーム 7	にんじん 6	こまつな 5	ひまわり油(いため用) 0.6			
	砂糖	デミグラスソース 10	こしょう 0.01	砂糖 2.5	ひまわり油(いため用) 0.6	たまねぎ 15	しょうが 0.3	砂糖			
	こいくちしょうゆ 4	ポークパイオン 5	片栗粉 4	こいくちしょうゆ 3	デミグラスソース 25	砂糖 3	ひまわり油(いため用) 0.4	こいくちしょうゆ 6			
	料理酒 1	ホールトマト 20	米粉 1.5	料理酒 1	トマトピューレ 2	酢 5	ポークパイオン 8	料理酒 2			
	こまつな 25	砂糖 0.5	なたね油(揚げ用) 3	塩 0.4	トマトケチャップ 2.5	一味とうがらし 0.01	こいくちしょうゆ 2	ひじき 3			
	冷凍生揚げ	ウスターソース 2	冷凍豆腐 35	削節 1	ウスターソース 2	かぼちゃ 25	料理酒 1	冷凍ホールコーン 10			
	合わせみそ 4	料理ワイン 2	冷凍油揚げ 3	煮干し 9	料理ワイン 1	たまねぎ 25	塩 0.4	ベーコン 5			
	砂糖 1.5	塩 0.3	冷 凍 冷 凍 2	なたね油(揚げ用) 0.5	塩 0.3	青ねぎ 3	こしょう 0.01	にんじん 8			
こいくちしょうゆ 1	こしょう 0.02	冷 凍 冷 凍 2	白ごま 0.5	砂糖 1.5	わかめ 0.7	なしゼリー 1コ(50)	ひまわり油(いため用) 0.4				
削節 0.5	ガーリック 0.02	冷 凍 冷 凍 2	合わせみそ 12	削節 2	合わせみそ 12		砂糖				
	パプリカ 0.03	冷 凍 冷 凍 2	合わせみそ 12	削節 2			脂肪エネルギー比 30%				
	にんじん 5	冷 凍 冷 凍 2	合わせみそ 12	削節 2							
	キャベツ 35	冷 凍 冷 凍 2	合わせみそ 12	削節 2							
	きゅうり 5	冷 凍 冷 凍 2	合わせみそ 12	削節 2							
	ミニゼリー 1コ(22)	冷 凍 冷 凍 2	合わせみそ 12	削節 2							

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
射性物質検査結果」を掲載しています

神戸市学校給食 検索

放射性物質検査報告

6/27に検査しました「うずら卵水煮」の結果
は「検出せず」でした。ご安心ください。

青ねぎ、きゅうり、なす、小松菜は、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。