## 平成29年5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	1日(月)	2日(火)	8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)
こんだて	☆若竹じる	パ ン ポークシチュー ***			ご は んまぐろのあげに		ご は ん ふりかけ(ひじきウェット) こうやの五目に 野茶のごままる	ごはん肉と野菜のうまに		ご は ん ハッシュドビーフ	パ ン アプリコットジャム いかのリングあげ
お か ず の 内 容 日・曜日	ま き	<ul> <li>蒸し野菜(カリフラワー)</li> <li>冷凍豚肉</li> <li>こを減した</li> <li>このにんじん</li> <li>このによれぎ</li> <li>このまわり油(いため用)</li> <li>このまかり・できるカーション・スターン・スターン・スターン・スターン・スターン・スターン・スターン・スター</li></ul>	五 色 に  「頭がけキンハバーグ 1コ(60) 冷凍おろしだいこん 25 チキンブイヨン(ストレート) 7 砂糖 1 こいくちしょうゆ 2 片栗粉 0.5 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  23日(火)	冷凍牛肉 30 だいず 10 じゃがいも 40 にんじん 20 たまねぎ 20 冷凍グリーンピース 5 ひまわり油(いため用) 0.6	み そ し る       冷凍まぐろ 60       しょうが 0.5       こいくちしょうゆ 1.5       料理酒 0.5       片栗粉 6       なたね油(揚げ用) 4       白ごま 1       砂糖 2       こいくちしょうゆ 2.5       料理酒 1       みりん 0.5       木綿豆腐 35       にんじん 10       たまねぎ 25       わかめ 0.7       合わせみそ 12       削節 2       25日 (木)	☆グリーンスープ	野菜のごまあえ       くふりかけ 1袋(2.8)       凍り豆腐 10       冷凍豚肉 30       にんじん 15       たまねぎ 30       角こんにゃく 10       砂糖 2       こいくちしょうゆ 3.5       料理酒 1       塩 0.2       削節 1       ほうれんそう 15       にんじん 7       キャベツ 40       白ごま 2       中華ドレッシング 1袋(10)       29日(月)	明干したいこんのカレーいため	冷凍鶏肉皮引1コ(40)   塩 0.3   0.02   小麦粉 4   冷凍液卵 8   パン粉 なたれ油(揚げ用) 4   トマトケチャップ 3   ウスターソース 3   チンゲンサイ 30   豚肉 20   にんじん 10   たまはぎ 15   冷凍ホールコーン 5   ひまわり油(いため用) 0.4   ボークブイョン 8   こいくちしょうゆ 3   料理酒 1   塩 0.3	蒸し野菜(ブロッコリー)   冷凍牛肉	ゴールデンスープ  〈アプリコットジャム1袋(15) 一冷凍いか 40 塩 0.2 チリバウダー 0.3 米野粉 2 片栗松 1機(7用) 2.5 冷凍いがも 40 にんと 20 たま魂端の皮引 25 じゃがいも 40 にんと 30 冷凍ホールコーン 8 ひまわり油(いため用) 0.6 牛乳 30ml カレールウ 1 ホワイトソース 15 チキ型ワイン 2 塩 0.6 こしょう 0.03
こんだて	ご は ん あじのたつたあげ こ ん ぶ 豆 さ わ に わ ん	ご は ん 小 カレーうどん ****のいそべをげ	パ ン ミンチカツ コーンスープ	ご は ん 親 子 に ひじきのにもの	パ ンけい肉のチャウダーだいずとにぼしのいそあえい ちごゼリー	ご は ん 牛肉のうまに こまつなのにびたし	☆ 季 節 料 理 ☆たけのこごはん ますのからあげ	小型パン焼そば カリフラワーのあまずづけ ミニゼリー(アセロラ)	ぼっかけどん わかさぎのからあげ み そ し る	平均栄養量  エネルギー 641kcal たんぱく質 26.4g	5月1日(月) には
おかずの内容	(	「 mm Ov て へ の f	ポークミンチカツ 1コ(60) なたね油(揚げ用) 6 冷凍ホールコーン 10	(冷凍鶏肉 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 冷凍がリーンピース 5 砂糖 2.5 こいくちしょうゆ 3 料理酒 1 塩 0.4 削節 1 ひじき 4 冷凍豚肉糸切 10 にんじん 5 ひまわり油(いため用) 0.4 砂糖 2	冷凍鶏肉皮引 25 鶏レバー 8 じゃがいも 40 にんじん 20 たまねぎ 30 冷凍グリーンピース 5 ひまわり油(いため用) 0.6 バター 1 牛乳 20ml ホワイトソース 20 チキンブイヨン(濃縮) 3 料理ワイン 2 塩しょう 0.02 いりだいず 8 煮干し 6 白ごま 0.5 あおさ 0.1	Cまりないにいたし	かきたまじる       たけのこ水煮 15       冷凍鶏肉皮引 10       料理酒 0.25       油揚げ 3       が糖 1       こりゅ 3       ます 1切(40)       塩 0.3       上よう 0.01       片栗粉 3       本権之譲渡 25       本線豆腐 25       冷凍こな 20       にんじん 10       うちしょうゆ 35       塩       0.3       こよう 0.01       大栗粉 1       なた凍液豆腐 25       冷凍こした 10       うちしょうゆ 35       塩       0.3	「	中すじ煮込み     35       つきこんにゃく     7       こいくちしょうゆ 25     料理酒       削節     1       わかさぎ     25       米粉     25       なたね油(揚げ用) 1.5     砂糖       かいくちしょうゆ     2       料理酒     1       油揚げ     3       じゃがいも     20       こまつな     15       たまねぎ     25       合わせみそ     12	カルシウム 325mg 鉄 2.6mg ビタミンA 320μg ビタミンB <sub>1</sub> 0.39mg ビタミンB <sub>2</sub> 0.53mg ビタミンC 24mg 食物繊維 3.8g 食塩相当量 2.2g	つきます

5月目標 好ききらいをしないで食べよう

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

神戸市学校給食

**放射性物質検査報告** 3/8~3/22に検査しました「ごぼう・冷凍牛肉ひき肉」の結果はい

ずれも「検出せず」でした。ご安心ください。

たまねぎ・キャベツ・こまつな・チンゲンサイは、 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。