

● 中乳は毎日つきます 神戸市教育委員会 令和元年 5 月 こんだて表 (センター B地区) ◆ごはんは神戸市内産米です (一財) 神戸市学校給食会

日・曜日	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	20日(月)
こんだて					☆季節料理					☆季節料理
	ご は ん	米 粉 パ ン	ご は ん	パン	ご は ん	ご は ん	パン	ご は ん	パン	☆ たけのこごはん
	ベジタブルカレー 白 身 魚 フ ラ イ	バジルポテト	ふりかけ(ひじきウェット) おろし焼ハンバーグ	だいずの洋風にこみ	あじのたつたあげ ☆ 若 竹 じ る	まぐろとひじきのにもの	チキンカツ	ぶた肉のなんばんづけ	アプリコットジャム けい肉のチャウダー	ますのからあげ
	ローター魚 フーフーイー ゆで野菜(ブロッコリー)	コーンスープ	五色きんぴら	 野菜のドレッシングそえ	かしわもち	キャベツのあまからいため	 春雨スープ	みそしる	だいずとにぼしのいそあえ	 か き た ま じ る
おかずの内容	【 備蓄用ベジタブルカレー 180	(じゃがいも 40	□ ふりかけ 1袋(2.8)	/ 冷凍牛肉 30 だいず 10	「あじ 1切(50)	(まぐろ油漬 30	冷凍鶏肉皮引 1コ(40)	冷凍豚肉 50	□ アプリコットジャム 1袋(15)	✓ たけのこ水煮✓ 冷凍鶏肉皮引10
	たまねぎ 32	兵庫県産バジルペースト 5 荒挽ミニカクテルウインナー 20	豆腐入りチキンハンバーグ 1 コ(60) ひまわり油(いため用) 0.4	じゃがいも 40	しょうが 0.5 こいくちしょうゆ 2	ひじき 3 冷凍がんもどき(小) 25	塩 0.3 こしょう 0.02	にいくちしょうゆ 2 料理酒 0.5	冷凍鶏肉皮引 25 鶏レバー 8	料理酒 0.25
	じゃがいも 22	にんじん 10	冷凍おろしだいこん 25	にんじん 20 たまねぎ 20	料理酒 0.5	にんじん 10 たまねぎ 25	小麦粉 4 冷凍液卵 8	片栗粉 5	じゃがいも 40 にんじん 20	油揚げ 3 にんじん 5
	にんじん 16	おろしにんにく 0.1 ひまわり油(いため用) 0.4	チキンブイヨン(ストレート) 7 砂糖 1	冷凍グリーンピース 5 ひまわり油(いため用) 0.6	片 栗 粉 5 なたね油(揚げ用) 3	ひまわり油(いため用) 0.6	パン粉 8 なたね油(揚げ用) 4	なたね油(揚げ用) 3 にんじん 6	たまねぎ 30 冷凍グリーンピース 5	砂糖 1 こいくちしょうゆ 3
	かぽちゃペースト 9	塩 0.3	こいくちしょうゆ 2	デミグラスソース 10 ポークブイヨン 5	冷凍鶏肉皮引 20	砂糖 2.5 こいくちしょうゆ 3.5	く ケチャップソース 1袋(10)	たまねぎ 15	ひまわり油(いため用) 0.6 バター 1	 削節
	なたね油 6.7	こしょう 0.01	片栗粉 0.5	ホールトマト 20 砂糖 0.5	料理酒 0.5	削節 1 (キャベツ 30	/ 緑豆春雨 7 豚肉 20	が糖 3 こいくちしょうゆ 3	牛乳 20 ml ホワイトソース 20	塩 0.3 0.01
	とうもろこし 6.3 マッシュポテト 4.5	冷凍ホールコーン 10 スイートコーンペースト 40	豚肉 30	ウスターソース 2	うずら卵水煮 25 にんじん 15	キャベツ 30 冷凍牛肉ひき肉 30	にんじん 15 冷凍ほうれんそう 10	酢 5 一味とうがらし 0.01	チキンブイヨン(濃縮) 3	片栗粉 3 米粉 1
	調味料等	にんじん 15	にんじん 20	料理ワイン 2 塩 0.3	たけのこ水煮 20	たまねぎ 30 しょうが 1	干ししいたけ 0.3	一味とうがらし 0.01油揚げ 3	料理ワイン 2 塩 0.5	なたね油(揚げ用) 2.5 冷凍液卵 25
	「白身魚フライ 1コ(40)	たまねぎ 40 ひまわり油(いため用) 0.6	干ししいたけ 0.5 つきこんにゃく 10	こしょう 0.02 ガーリック 0.02	わかめ 0.7 うすくちしょうゆ 2	ひまわり油(いため用) 0.6	しょうが 0.3 ひまわり油(いため用) 0.4	じゃがいも 25 にんじん 10	○ こしょう○ 0.02○ いりだいず8	木綿豆腐 25 冷凍こまつな 20
	なたね油(揚げ用) 4	牛乳 30 ml	ひまわり油(いため用) 0.6	\ パプリカ 0.03 ┌ にんじん 5	塩 0.7	砂糖 1.5 こいくちしょうゆ 3	ポークブイヨン 10 うすくちしょうゆ 3	たまねぎ 25	煮干し 6 白ごま 0.5	にんじん 10 3.5 3.5 3.5 3.5 3.5 3.5 3.5 3.5 3.5 3.5
	「 冷凍ブロッコリー 40	チキンブイヨン(濃縮) 10 塩 0.6	砂糖 3 こいくちしょうゆ 4	キャベツ 35 きゅうり 5	削節 1 出しこんぶ 0.5	塩 0.4 こしょう 0.01	料理酒 1 塩 0.4	わかめ 0.7 合わせみそ 12	あおさ 0.1 ・砂糖 2	塩 0.3
	中華19>								1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	片栗粉 1
	し 中華ドレッシング 1 袋(10)	して こしょう 0.02	料理酒 1	し、柑橘ドレッシング 1袋(10)	□ かしわもち 1 コ(30)	人 片栗粉 0.2	しこしょう 0.02	削節 2	に こいくちしょうゆ 1	上 削節 2
日・曜日		22日(水)	23日(木)	24日(金)	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)	中学年一食あたり
日・曜日										
	21日(火)	22日(水)						30日(木)		中学年一食あたり 平均栄養量 エネルギー 651kcal
日・曜日	21日(火)	22日(水) ☆季節料理 セルフドッグ (ウインナー・野菜)	23日(木)	24日(金) 小型パン 焼 そば	27日(月)	28日(火) ご は ん はたはたのからあげ	29日(水)	30日(木)	31日(金)	中学年一食あたり 平均栄養量 <u>エネルギー</u> 651kcal <u>たんぱく質</u> 16.2g
	21日(火)	22日(水) ☆季節料理 セルフドッグ	23日(木)	24日(金)	27日(月)	28日(火) ご は ん はたはたのからあげ こ ん ぶ 豆	29日(水)	30日(木) O 新 料 理 ご は ん	31日(金) パ ン かぼちゃコロッケ	中学年一食あたり 平均栄養量 エネルギー 651kcal たんぱく質
	21日(火) ご は ん 肉と野菜のうまに ひじきと油あげのにもの	22日(水) ☆ 季 節 料 理 セルフドッグ (ウインナー・野菜) ☆ グリーンスープ	ご は ん じゃんじゃんどうふ ミートボールのあんかけ ☆ 冷凍豚肉 30	・ハ 型 パ ン 焼 そ ば ガリフラワーのあまずあえ い ち ご ゼ リ ー / 焼きそばめん 20	27日(月) ご は ん 親 子 に 切干しだいこんのうまに 《冷凍鶏肉 30	28日(火) ご は ん はたはたのからあげ こ ん ぶ 豆 さ わ に わ ん	29日(水) パ ン さわらのエスニック風 とうふと野菜のスープ (ごさわら 1切(50)	30日(木)	31日(金)	中学年一食あたり 平均栄養量 - エネルギー - 651kcal - たんぱく質 - 16.2g - カルシウム - 316 mg - マグネシウム
	21日(火) ご は ん 肉と野菜のうまに ひじきと油あげのにもの 「牛肉 30 じゃがいも 60	22日(水) ☆季節料理 セルフドッグ (ウインナー・野菜) ☆グリーンスープ	ごはん じゃんじゃんどうふ ミートボールのあんかけ 冷凍豚肉 30 砂糖 0.2 こいくちしょうゆ 1	クリスティア 24日(金) 小型パン焼 そば かりフラワーのあまずあえい ちごゼリー	27日(月) ご は ん 親 子 に 切干しだいこんのうまに 冷凍鶏肉 30 料理酒 0.75 冷凍液卵 30	ではんが、豆さりにある。 ではたはたのからあげっこん。 ぶ豆さりにりたん ないです もん はたはた 30 はたはた 30 はたばた 30 0.2 米粉 33 3	29日(水) パ ン さわらのエスニック風 とうふと野菜のスープ (ざわら 1 切(50) 料理酒 0.5 塩 0.3	30日(木) O 新 料 理 ご は ん けい肉のピリからソース O 牛肉とチンゲンサイの和風スープ	31日(金) パ ン かぼちゃコロッケ フォーガー	中学年一食あたり 平均栄養量 <u>エネルギー</u> 651kcal <u>たんぱく質</u> 16.2g カルシウム 316 mg マグネシウム 87 mg
	ではん 肉と野菜のうまに ひじきと油あげのにもの (牛肉 30 じゃがいも 60 にんじん 15 たまねぎ 40	22日(水) ☆ 季 節 料 理 セルフドッグ (ウインナー・野菜) ☆ グリーンスープ (チャンスティック 2 本(40) ひまわり油(いため用) 0.2 にんじん 5 キャベツ 30	23日(木) ご は ん じゃんじゃんどうふ ミートボールのあんかけ 冷凍豚肉 30 砂糖 0.2 こいくちしょうゆ 1 料理酒 1 冷凍がんもどき(小) 25	24日(金) 小型パン焼 そば カリフラワーのあまずあえいちごゼリー 焼きそばめん 20 冷凍豚肉 30 冷凍いか 10 料理酒 0.25	27日(月) ご は ん 親 子 に 切干しだいこんのうまに 冷凍鶏肉 30 0.75 料理酒 0.75	28日(火) ご は ん はたはたのからあげ こ ん ぶ 豆 さ わ に わ ん ばたはた 30 塩 0.2 米粉 3 なたね油(揚げ用) 3 なたね油(揚げ用) 2 きざみこんぶ 2	プリスティア 29日(水) アイフェア 29日(水) アイフェア 200 アスニック風 とうふと野菜のスープ さわら 1切(50) 料理酒 0.5 塩 0.3 トラ来粉 5.カレー粉 0.3	30日(木)	31日(金) パ ン かぼちゃコロッケ フォーガー 「かぼちゃコロッケ 1 コ(50)	中学年一食あたり 平均栄養量 <u>エネルギー</u> 651kcal <u>たんぱく質</u> 16.2g <u>カルシウム</u> 316 mg マグネシウム 87 mg <u>鉄</u> 2.3 mg
	ではん 肉と野菜のうまに ひじきと油あげのにもの (牛肉 30 じゃがいも 60 にんじん 15	22日(水) ☆ 季 節 料 理 セルフドッグ (ウインナー・野菜) ☆ グリーンスープ (チキンスティック 2本(40) ひまわり油(いため用) 0.2 にんじん 5 キャベツ 30 たまねぎ 10 カレー粉(ゆで用) 0.5	23日(木) ご は ん じゃんじゃんどうふ ミートボールのあんかけ 冷凍豚肉 30 砂糖 0.2 こいべちしょうゆ 1 料理酒 1 冷凍がんもどき(小) 25 冷凍ほうれんそう 20 にんじん 10	小型パン焼 ボリフラワーのあまずあえいちごゼリー 焼きそばめん 20 冷凍豚肉 30 冷凍豚肉 10 料理酒 0.25 にんじん 15 キャベツ 55	27日(月) ご は ん 親 子 に 切干しだいこんのうまに	28日(火) ご は んはたはたのからあげ こ ん ぶ 豆 さ わ に わ ん 『はたはた 30 塩 へんではたはた 30 塩 へんではた。 30 塩 へんではたが、 30 なたな油(場げ用) 2 ぎびみこんぶ 2 だいず水煮 15 砂糖 1.5	29日(水) パ ン さわらのエスニック風 とうふと野菜のスープ ごわら 1切(50) 料理酒 0.5 塩 0.3 片栗粉 5 カレー粉 0.3 なたね油(揚げ用) 3 はんじん 4	30日(木)	パ ン かぼちゃコロッケフォーガー 「かぼちゃコロッケ 1 コ(50) なたね油(揚げ用) 5	中学年一食あたり 平均栄養量 エネルギー 651kcal たんぱく質 16.2g カルシウム 316 mg マグネシウム 87 mg 鉄
	ではん な な な な な を野菜のうまに ひじきと油あげのにもの と野菜のうまに ひじきと油あげのにもの にんじん 15 たまねぎ 40 ひまわり油(いため用) 0.6 砂糖 3 こいくちしょうゆ 4	22日(水) ☆ 季 節 料 理 セルフドッグ (ウインナー・野菜) ☆ グリーンスープ 「チャンスティック 2本(40) ひまわり油(いため用) 0.2 にんじん 5 キャベツ 30 たまねぎ 10	では んじゃんじゃんどうふミートボールのあんかけ 冷凍豚肉 30 砂糖 0.2 こいくちしょうゆ 1 料理酒 (1 を) を かまりれんそう 20 にんじん 10 白ねぎ 10 たけのこ水煮 10	少型パン焼 ボカリフラワーのあまずあえいちごゼリー 焼きそばめん 20 冷凍豚肉 30 冷凍いか 10 料理酒 0.25 にんじん 15	27日(月) ご は ん 親 子 に 切干しだいこんのうまに (冷凍鶏肉 30 ドキ弾酒 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	28日(火) ご は んはたはたのからあげこん ぶ 豆さわにわん はたはた 30 はたはた 30 なたははたはた 30 なたね油(揚げ用) 2 きざみこんぶ 2 だいず水煮 15	プリスティック (水) とうふと野菜のスープ さわらのエスニック風 とうふと野菜のスープ さわら 1切(50)料理酒 0.5塩 0.3 (片栗粉 5カレー粉 0.3なたね油(揚げ用) 3	30日(木)	31日(金) パ ン かぼちゃコロッケ フォーガー 「かぽちゃコロッケ 1コ(50) なたね油(揚げ用) 5	中学年一食あたり 平均栄養量
	ではん な な な な な を野菜のうまに ひじきと油あげのにもの	22日(水) ☆ 季 節 料 理 セ ル フ ド ッ グ (ウインナー・野菜) ☆ グリーンスープ (チャンステイック 2 本(40) ひまわり油(いため用) 0.2 にんじん 5 キャベツ 30 たまねぎ 10 カレー粉(ゆで用) 0.5 ドドケチャブスティック 1 本(8) イ 冷凍がリーンピースペースト 30 ベーコン 8	ではんじゃんどうふミートボールのあんかけ (冷凍豚肉 30 砂糖 0.2 こいくちしょうゆ 1 沖理酒 1 冷凍がんもどき(小) 25 冷凍ほうれんそう 20 にんじん 10 白ねぎ 10 たけのこ水煮 10 しょうが 0.3 ひまり強(いため用) 0.6	・ 型 パ ン 焼 そ ば カリフラワーのあまずあえ い ち ご ゼ リ ー 焼きそばめん 20 冷凍豚肉 30 冷凍いか 10 料理酒 0.25 にんじん 15キャベツ 55たまねぎ 20 青ねぎ 5 ひまわり油(いため用) 0.6	27日(月) ご は ん 親 子 に 切干しだいこんのうまに 「冷凍鶏肉 30 ド料理酒 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	28日(火) ご は んはたはたのからあげこん ぶ 豆さわ に わん ではたはた 30 位2 次数 3 なたね油(揚げ用) 2 きざみこんぶ 2 だいず水煮 15 砂糖 1.5 こいくちしょうゆ 2	プラスティン 29日(水) アイマック風 とうふと野菜のスープ さわら 1切(50) 料理酒 0.5 塩 0.3 本たは油(揚げ用) 3にんしん 4 たまねぎ 10	30日(木)	パ ン かぼちゃコロッケフォーガー 「かはちゃコロッケ 1コ(50)ななね油(揚げ用) 5 イ 平めんビーフン 12 冷凍鶏肉皮引 25	中学年一食あたり 平均栄養量 エネルギー 651kcal たんぱく質 16.2g カルシウム 316 mg マグネシウム 87 mg 鉄 2.3 mg ビタミン A 349 μgRAE
こんだて	ではん た	22日(水) ☆ 季 節 料 理 セルフドッグ (ウインナー・野菜) ☆ グリーンスープ (・チキンステイック 2 本(40) ひまわり油(いため用) 0.2 にんじん 5 キャベツ 30 たまねぎ 10 カレー粉(ゆで用) 0.5 ドバトナャバアルウ 1 本(8) 〈 冷凍グリーンピースペースト 30 ベーコン 8 じゃがいも 25 にんじん 15	では んじゃんどうふミートボールのあんかけ 冷凍豚肉 30 砂糖 0.2 こいくちしょうゆ 1 料理酒 10 合来がんもどき(小) 25 冷凍ほうれんそう 20 にんじん 10 白ねぎ 10 たけのこ水煮 10 しょうが 0.3 ひまわり油(いため用) 0.6 かせみそ 3 砂糖 1.3	・ 型 パ ン 焼 そ ば カリフラワーのあまずあえ い ち ご ゼ リ ー	27日(月) ご は ん 親 子 に 切干しだいこんのうまに 冷凍鶏肉 30 ドキ弾酒 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	28日(火) ご は んはたはたのからあげこん ぶ 豆さわにわん 塩たはた 30 はたはた 30 塩塩 0.2 米粉 30 なたね油(揚げ用) 2 きざみこんぶ 2 だいず水煮 15 砂糖 1.5 こいくちしょうゆ 2 料理 0.5 みりん 0.5	プリスティック (水) とうふと野菜のスープ さわらのエスニック風 とうふと野菜のスープ さわら 1切(50)料理酒 0.5塩 0.3 (片栗粉 5カレー粉 0.3なたね油(揚げ用) 3にんじん 4たまねぎ 10砂糖 3 こいくちしょうゆ 2	30日(木)	プログライン 31日(金) アプログライン オーガー アンカー ガー アンカー アンカー アンカー アンカー アンカー アンカー 12 ででは、「おいだ」 12 ででは、「おいだ」 12 ででは、「おいだ」 15 では、「おいだ」 15 にほうれんそう 15	中学年一食あたり 平均栄養量 - エネルギー - 651kcal - たんぱく質 - 16.2g - カルシウム - 316 mg - マグネシウム - 87 mg - 鉄 - 2.3 mg - ビタミン A - 349 μgRAE - ビタミン B ₁ - 0.37 mg - ビタミン B ₂ - 0.53 mg
こんだて	ではん のと野菜のうまに ひじきと油あげのにもの (生肉 30 じゃがいも 60 にんじん 15 たまねぎ 40 ひまりり油(いため用) 0.6 砂糖 3 こいくちしょうゆ 4 料理酒 1 塩 0.3	22日(水) ☆ 季 節 料 理 セルフドッグ (ウインナー・野菜) ☆ グリーンスープ (・チキンステイック 2 本(40) ひまわり油(いため用) 0.2 にんじん 5 キャベツ 30 たまねぎ 10 カレー粉(ゆで用) 0.5 トマトゲチャブスティック 1 本(8) イ帝漢ツーンピースペースト 30 ベーコン 8 じゃがいも 25	ではんじゃんどうふミートボールのあんかけで 海東豚肉 30 砂糖 0.2 こいくちしょうゆ 1 料理酒 1 冷凍がんもどき(小) 25 冷凍ほうれんそう 20 にんじん 10 白ねぎ 10 たけのこ水煮 10 しょうが 0.3 でまり油(いため用) 0.6 合わせみそ 3 砂糖 1.3 にいくちしょうゆ 0.8 レバーミードボール 3 コ (45)	・ 型 パ ン 焼 そ ば カリフラワーのあまずあえ い ち ご ゼ リ ー 焼きそばめん 20 冷凍豚肉 30 冷凍いか 10 料理酒 0.25 にんじん 15 キャベツ 55 たまねぎ 20 青ねぎ 5 ひまわり油(いため用) 0.6 ウスターソース 7	27日(月) ご は ん 親 子 に 切干しだいこんのうまに 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 冷凍使リーンピース 5 砂糖 2.5 ごいくちしょうゆ 3 料理酒 1 塩	28日(火) ご は んはたのからあげこん ぶ 豆さわにわん (はたはた 30 0.2 ※粉 30 0.2 ※粉 30 0.2 ※粉 15 砂糖 1.5 こいぐちしょうゆ 2 料理酒 0.5 みりん 0.5 冷凍豚肉糸切 30 こまつな 10 じゃがいも 15 にんじん 10	プリスティック風とうふと野菜のスープであり、1切(50)料理酒の、5次と野菜のスープであり、1切(50)料理酒の、5次レー粉の、3次には漁場げ用の、3にんじんは、4次まねぎでは、4次まねぎでは、4次をしょうゆきでは、5がらしていくちしょうゆりであります。 6を増加した。 4をもからしていくちしょうゆうない。 4をものできる。 4をものできる。 4をものできる。 4をものでは、4をものできる。 4をものできる。 4をもののできる。 4をもののできる。 4をもののできる。 4をもののできる。 4をもののできるのできる。 4をもののできる。 4をもののできるのできる。 4をもののできるのできる。 4をもののできるのできる。 4をもののできるのできる。 4をもののできるのできるのできる。 4をもののできるのできるのできるのできる。 4をもののできるのできるのできる。 4をもののできるのできるのできる。 4をもののできるのできるのできるのできる。 4をもののできるのできるのできる。 4をもののできるのできるのできる。 4をもののできるのできるのできるのできるのできる。 4をもののできるのできるのできる。 4をもののできるのできるのできる。 4をもののできるのできるのできる。 4をもののできるのできるのできる。 4をものできるのできるのできるのできる。 4をもののできるのできる。 4	30日(木)	プロリア 31日(金) アイフェイン かぼちゃコロッケ フェイ・ガー アルジャコロッケ 1コ(50) なたね油(揚げ用) 5 アルルビーフン 12 冷凍鶏肉皮引 25 ほうれんそう 15 キャベツ 25	中学年一食あたり 平均栄養量 - エネルギー - 651kcal - たんぱく質 - 16.2g - カルシウム - 316 mg - マグネシウム - 87 mg - 鉄 - 2.3 mg - ビタミンA - 349 μgRAE - ビタミンB ₁ - 0.37 mg - ビタミンB ₂
こんだて	ではん 肉と野菜のうまに ひじきと油あげのにもの 生肉 30 じゃがいも 60 にんじん 15 たまねぎ 40 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 0.3 削節 1 ひじき 油揚げ 5 にんじん 5	22日(水) ☆ 季 節 料 理 セ ル フ ド ッ グ (ウインナー・野菜) ☆ グリーンスープ デキンスティック 2本(40) ひまわり油(いため用) 0.2 にんじん 5 キャベツ 30 たまねぎ 10 カレー粉(ゆで用) 0.5 ドバトチャップスティック 1本(8) 冷凍グリーンピースペースト 30 ベーコン 8 じゃがいも 25 にんじん 15 たまねぎ 20 ひまわり油(いため用) 0.6 牛乳 10 mℓ	23日(木) ご は ん じゃんじゃんどうふ ミートボールのあんかけ 冷凍豚肉 30 砂糖 0.2 こいくちしょうゆ 1 料理酒 1 冷凍がらんもどき(小) 25 冷凍ほうれんそう 20 にんした 10 白ねぎ 10 たけのこ水煮 10 しょうが 0.3 ひまわり油(いため用) 0.6 合わせみそ 3 砂糖 1.3 こいくちしょうゆ 0.8 レバーミードボール 3 コ (45) ひまわり油(いため用) 0.4 チキンブイョン(ストレー) 6	・ 型 パ ン 焼 そ ば カリフラワーのあまずあえ い ち ご ゼ リ ー	27日(月) ご は ん 親 子 に 切干しだいこんのうまに 冷凍鶏肉 30 料理酒 0.75 冷凍がいも 50 にんじん 15 たまねぎ 30 冷凍ゲリーンピース 5 砂糖 2.5 こいくちしょうゆ 3 料理酒 1 塩 0.4 削節 1 切干しだいこん 6	ではんん はたはたのからあげこん ぶ豆さわにわん 30 塩 はたはた 30 塩 はたはた 30 塩 はたはた 30 ななたは油(揚げ用) 2 きざみこんぶ 2 だいず水煮 15 砂糖 1.5 でがもしようゆ 2 料理酒 0.5 みりん 0.5 冷凍原除角糸切 30 にゃがいも 15にんじん 10 ごぼう 10 しょうが 0.4	プラン と野菜のスープ (ごわら 1 切(50) 料理酒 0.5 塩 野菜 のスープ (ごわら 1 切(50) 料理酒 0.5 塩 0.3 なたね油(揚げ用) 3 にんじん 4 たまねぎ 10 砂糖 3 こいくちしょうゆ 2 酢 6 塩 0.2 一味とうがらし 0.01 木綿豆腐 45 にんじん 15 たまねぎ 20	30日(木)	パ ン かぼちゃコロッケ フォーガー かはまやコロッケ フォーガー かはまやコロッケ 1 コ(50) なたね油(揚げ用) 5 イ 平めんビーフン 12 冷凍鶏肉皮引 25 ほうれんそう 15 キャベツ 25 青ねぎ 3	中学年一食あたり 平均栄養量 エネルギー 651kcal たんぱく質 16.2g カルシウム 316 mg マグネシウム 87 mg 鉄 2.3 mg ビタミンA 349 μgRAE ビタミンB1 0.37 mg ビタミンB2 0.53 mg ビタミンB2 0.53 mg ビタミンC 20 mg
こんだて	ではん 肉と野菜のうまに ひじきと油あげのにもの 牛肉 30 じゃがいも 60 にんじん 15 たまねぎ 40 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 0.3 削節 1 ひじき 油揚げ 5 にんじん 5 ひまわり油(いため用) 0.4 砂糖 5	22日(水) ☆ 季 節 料 理 セ ル フ ド ッ グ (ウインナー・野菜) ☆ グリーンスープ デキャンスティック 2本(40) ひまわり油(いため用) 0.2 にんじん 5 キャベツ 30 たまねぎ 10 カレー粉(ゆで用) 0.5 ドバトチャップスティック 1本(8) イ 冷凍がリーンピースペースト 30 ペーコン 8 じゃがいも 25 にんじん 15 たまねぎ 20 ひまわり油(いため用) 0.6	ではんじゃんどうふミートボールのあんかけで 海薬豚肉 30 砂糖 0.2 こいくちしょうゆ 1 料理酒 1 冷凍がんもどき(小) 25 冷凍ほうれんそう 20 にんじん 10 白ねぎ 10 しょうが 0.3 ひまわり油(いため用) 0.6 合わせみそ 3 砂糖 1.3 できたりはいたがよりないまりがしたがあり、 0.5 ひまりがしたがあり、 0.5 ひまりがしたがあり、 0.5 ひまりがしたがあり、 0.5 ひまりがしたがあり、 0.5 ひまりがしたがあり、 0.5 ひまりりがいたがあり。 0.4 チャンブ(ヨン(ストレート) 6 砂糖 1 こいくちしょうゆ 1.5	・ 型 パ ン 焼 そ ば カリフラワーのあまずあえ い ち ご ゼ リ ー 焼きそばめん 20 冷凍豚肉 10 料理酒 0.25 にんじん 15 キャベツ 55 たまねぎ 20 青ねぎ 5 ひまりり油(いため用) 0.6 ウスターソース 7 料理酒 0.5 塩 0.3 こしょう 0.02	27日(月) ご は ん 親 子 に 切干しだいこんのうまに 冷凍鶏肉 30 ドキ理酒 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 0.4 削節 1 切干しだいこん 6 油揚げ 5 にんじん 5	28日(火) ご は んはたのからあげこん ぶ 豆さわにわん (はたはた 30 0.2 ※粉 0.2 ※粉 30 0.2 ※粉 30 0.5 ※	プラント 29日(水) プラント 29日(水) プラント 29日(水) プラント 29日(水) フラント 20月	30日(木)	プリング カ (金) アイ・カ (できる マコロッケ フェー ガー アン カ (場) (別) かなたね油(場) (別) かなたね油(場) (別) かながり (別) であれば、 12 冷凍鶏肉皮引 25 ほうれんそう 15 キャベツ 25 青ねぎ 3 チキンブイヨン(濃縮) 6	中学年一食あたり 平均栄養量
こんだて	ではん 肉と野菜のうまに ひじきと油あげのにもの 牛肉 30 じゃがいも 60 にんじん 15 たまねぎ 40 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 0.3 削節 1 ひじき 5 油揚げ 5 にんじん 5 ひまわり油(いため用) 0.4	22日(水) ☆ 季 節 料 理 セルフドッグ(ウインナー・野菜) ☆ グリーンスープ (・チャンステイック 2本(40)) ひまわり油(いため用) 0.2 にんじん 5 キャベツ 30 たまねぎ 10 カレー粉(ゆで用) 0.5 ドバケチャブスティック 1本(8) 冷凍グリーンピースペースト 30 ペーコン 8 じゃがいも 25 にんじん 15 たまねぎ 20 ひまわり油(いため用) 0.6 牛乳 10 me 生クリーム 10	ではんじゃんどうふミートボールのあんかけ 一冷凍豚肉 30 砂糖 0.2 こいくちしょうゆ 1 沖理酒 1 冷凍がんもどき(小) 25 冷凍ほうれんそう 20 にんしん 10 白ねぎ 10 たけのご水煮 10 しょうが 0.3 ひまわり油(いため用) 0.6 合わせみそ 3 砂糖 1.3 こいくちしょうゆ 0.8 レバーミードボール 3コ(45) ひまわり油(いため用) 0.4 チェカリカ油(いため用) 0.4 チェカリカ油(いため用) 0.4 チェカリカ油(いため用) 0.4 チェカリカ油(いため用) 0.4 チェカリカーはいため用) 1.4 チェカリカーはいため用) 1.4 チェカリカーはいため用) 1.4 チェカリカーはいため用) 1.4 チェカリカーはいため 1.4 エート・ロート・ロート・ロート・ロート・ロート・ロート・ロート・ロート・ロート・ロ	・ 型 パ ン 焼 そ ば カリフラワーのあまずあえ い ち ご ゼ リ ー	27日(月) ご は ん 親 子 に 切干しだいこんのうまに 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 りの干しだいこん 6 油揚げ 5 にんじん 5 いなり油(いため用) 0.4 砂糖 1	28日(火) ご は んはたのからあげこん ぶ 豆さわ に わん (はたはた 30 はたはた 30 はたはた 30 なたね油(揚げ用) 2 きざみこんぶ 2 だいず水煮 15 砂糖 1.5 こいくちしょうゆ 2 料理酒 0.5 みりん 0.5 今冷東豚肉糸切 30 こまでかいも 10 にそがいも 15 にんじん 10 ごほう 10 しょうが うすくちしょうゆ 3	プランスニック風とうふと野菜のスープである 1 切(50)料理酒 0.5 塩 0.3 なたね油(揚げ用) 3 にんじん 4 たまねぎ 10 砂糖 3 こいくちしょうゆ 2 酢 6 0.2 一味とうがらし 0.01 木綿豆腐 45 にんじん 15 たまねぎ 20 冷凍ほうれんそう 10	30日(木)	パ ン かぼちゃコロッケ フォーガー	中学年一食あたり 平均栄養量

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 検索

3 /20 に検査 しました「牛肉・冷凍液卵」の結果はいず れも「検出せず」でした。ご安心ください。

キャベツ・青ねぎ・チンゲンサイ・こまつな・ほうれんそう・たまねぎ 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。