

# 平成29年1月 こんだて表 (特別支援学校)

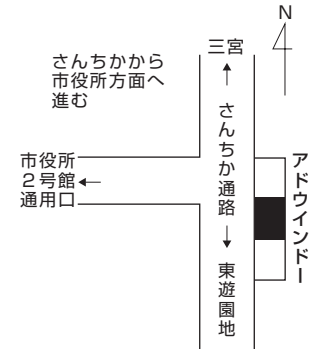
◆牛乳は毎日つきます  
◆ごはんは神戸市内産米です

神戸市教育委員会  
(公財)神戸市スポーツ教育協会

日・曜日	11日(水)	12日(木)	13日(金)	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	23日(月)	
こんだて	パ ン	ご は ん	ご は ん	パ ン	ご は ん	小 型 パ ン	ご は ん	☆郷土料理(兵庫県)	パ ン	
	さわらのエスニック風	まぐろとひじきのにも	つくねのうまに	だいずの洋風にこみ	にしんのかんろに くりきんとん	ちゃんぽん	ぶた肉入りにらたま	☆たこめし	けい肉のチャウダー	
	ポテトスープ	野菜のごまあえ	ぶたじる	野菜のドレッシングそえ	いかだんごじる	ミートボールのからあげ	みそしる	☆バチじる	も 蒸し野菜(ブロッコリー)	
おかず の内容	さわり 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 酢 6 塩 0.2 一味とうがらし 0.01 じゃがいも 60 ベーコン 12 にんじん 10 たまねぎ 20 ひまわり油(いため用) 0.4 牛乳 20ml ホワイトソース 24 ポークパイオン 8 料理ワイン 2 塩 0.6 こしょう 0.02	まぐろ油漬 30 ひじき 3 冷凍がんとどき 25 にんじん 10 たまねぎ 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 削節 1 こまつな 25 はくさい 35 白ごま 1 中華ドレッシング 1袋(10)	里芋れんこん鶏つくね 50 白ねぎ 12 砂糖 1 こいくちしょうゆ 1.5 料理酒 1 削節 0.5 片栗粉 0.5 冷凍豚肉 20 じゃがいも 40 にんじん 20 ごぼう 15 青ねぎ 3 赤みそ 11 削節 2	冷凍牛肉 30 だいず水煮 20 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 デミグラスソース 10 ポークパイオン 5 ホールトマト 20 砂糖 0.5 ウスターソース 2 料理ワイン 2 塩 0.3 こしょう 0.02 ガーリック 0.02 パプリカ 0.03 にんじん 5 キャベツ 35 きゅうり 5 コーンスープアレンジ 1袋(10)	にしんレトルト 1切(40) しょうが 1.5 砂糖 3 こいくちしょうゆ 3 料理酒 2 みりん 2 栗甘露煮 6 さつまいも 30 みりん 1 塩 0.01 いかだんご 20 冷凍鶏肉皮引 20 料理酒 0.5 にんじん 10 ほうれんそう 10 だいこん 20 うすくちしょうゆ 2 塩 0.3 削節 1 出しこんぶ 0.5	中華めん 15 豚肉 15 冷凍いか 10 冷凍えび 10 料理酒 0.5 にんじん 10 キャベツ 30 青ねぎ 3 しょうが 0.5 ひまわり油(いため用) 0.4 ポークパイオン 8 うすくちしょうゆ 3 料理酒 0.5 塩 0.5 こしょう 0.02 ミートボール(野菜) 3コ(45) なたね油(揚げ用) 1.5	冷凍豚肉 25 冷凍液卵 25 にら 15 干しいたけ 0.5 しょうが 0.2 料理酒 1.5 塩 0.3 こしょう 0.01 冷凍豆腐 35 冷凍油揚げ 3 にんじん 10 たまねぎ 25 わかめ 0.7 合わせみそ 12 削節 2	冷凍ゆでだこ 18 竹輪 5 にんじん 5 ごぼう 5 砂糖 1.5 こいくちしょうゆ 2.5 料理酒 0.5 はたはた 25 塩 0.1 米粉 2.5 なたね油(揚げ用) 1.5 そうめんバチ 10 冷凍鶏肉皮引 20 料理酒 0.5 冷凍油揚げ 5 にんじん 10 だいこん 15 青ねぎ 3 うすくちしょうゆ 3 料理酒 1 塩 0.2 削節 1 出しこんぶ 0.5	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 チキンパイオン(濃縮) 3 料理ワイン 2 塩 0.5 こしょう 0.02 冷凍ブロッコリー 40 柑橘ドレッシング 1袋(10)	
	日・曜日	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	30日(月)	31日(火)	<div>小学生・中学年 一食あたり 平均栄養量</div> <div>エネルギー 626kcal</div> <div>たんぱく質 25.0g</div> <div>カルシウム 312mg</div> <div>鉄 2.3mg</div> <div>ビタミンA 304μg</div> <div>ビタミンB<sub>1</sub> 0.33mg</div> <div>ビタミンB<sub>2</sub> 0.49mg</div> <div>ビタミンC 22mg</div> <div>食物繊維 3.6g</div> <div>食塩相当量 2.3g</div> <div>脂肪エネルギー比 29%</div> <div>アドウィンドー展示のお知らせ</div> <div>12月28日(水)～1月30日(月)まで 学校給食週間にちなんで「神戸の 学校給食」というテーマでアド ウィンドーに展示します。ぜひご覧 ください。</div> <div>三宮 ↑ さんちかから 市役所方面へ 進む 市役所 2号館 通用口 ↓ さんちか通路 ↓ 東遊園地</div> <div>N 4 アドウィンドー</div>		
	こんだて	ご は ん	パ ン	☆郷土料理(兵庫県) ご は ん	ご は ん	米 粉 パ ン	ご は ん			
おかず の内容	肉と野菜のうまに みずなのじゃこに	タッカンジョン タンメンスープ	つくだに(兵庫のり) あじのたつたあげ ☆もち麦めん	ビーフカレー も 蒸し野菜(カリフラワー)	かぼちゃコロッケ チンゲンサイのスープ	ちくぜんに ひじきのにももの				

## アドウィンドー展示のお知らせ

12月28日(水)～1月30日(月)まで  
学校給食週間にちなんで「神戸の  
学校給食」というテーマでアド  
ウィンドーに展示します。ぜひご覧  
ください。



## 1月目標 いろいろな地域のこんだてを知ろう

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

神戸市学校給食

検索

### 放射性物質検査報告

11/9に検査しました  
「さつまいも・きゅうり・だいこん」の結果はいずれも  
「検出せず」でした。ご安心ください。

にんじん・じゃがいも・みずな・ほうれんそう・こまつな・  
キャベツは、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。