平成30年10月 こんだて表 (5地区)

◆牛乳は毎日つきます 神 戸 市 教 育 委 員 会 ◆ごはんは神戸市内産米です (一財)神戸市学校給食会 **平成30年9月(公財)神戸市スポーツ教育協会より事業移管しました。

日・曜日	1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	15日(月)	16日(火)	17日(水)
п		21()()	OH (A)(A)	1 1 (*1*)	0 H (W)	01()()	101 (50)	11 11 (117)	1211(32)	101 (737	101 (70)	
こんだて	こうやの五目に	パ ン ポークチャップ 野菜のポタージュ	カレー肉じゃが		ふりかけ(のり) いかの天ぷら	牛肉のいために	焼 鳥 風 に み そ し る	かぼちゃパン さけフライ とうふと野菜のスープ	ちくぜんに	ビーフカレー	ちゅうか風たまごとじ	☆ 季 節 料 理菜 め し☆ さんまのかんろにぶ た じ る
お か ず の 内 容 日・曜日	乗り豆腐 10 冷凍豚肉 30 にんじん 15 たまねぎ 30 冷凍さやいんげん 5 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 冷凍ほうれんそう 15 にんじん 7 キャベツ 40 白ごま 2 中帯ドレッシング1袋(10)	「冷凍豚肉 50 たまねぎ 20 ひまわり油(いため用) 0.4 砂糖 0.8 トマトケチャップ 8 ウスターソース 4 料理ワイン 1 塩 0.1 こしょう 0.01 じゃんじん 5 たまねぎ かピューレ 15 パセリ 0.5 ひまわり油 (いため用) 0.4 豆乳 20ml ボークブイヨン 10 塩 1 こしょう 0.02	「冷凍豚肉 30 じゃがいも 60 にんじん 15 たまねぎ 44 冷凍さやいんげん 5 ひまわり油(いため用) 0.6 砂糖 2 うすくちしょうゆ 4 料理酒 1 カレー粉 0.3 削節 15 自ねぎ 16 砂糖 15 日れぎ 17 砂糖 15 日れが 17 日本いくちしょうゆ 1.8 料理酒	((ふりかけ 1袋(2) (冷凍いか 1切(40) (小麦凍粉 1) (冷凍液卵 4 (小麦敷 0.3 (なたね油(揚げ用) 6 (冷凍鶏肉皮引 15 (冷凍鶏肉皮引 15 (冷凍鶏酒 0.5 (冷凍洗 20 にんじん 10 だいこん 20 ごほう 青むぎ 3 うすくちしょうゆ 23 みりん 0.5	(バター 1コ(8)	冷凍鶏内 () (は 1切(40) は 0.4 にしょう 0.01 小麦粉 4 パン粉 8 なたね油(揚げ用) 4 「冷凍豆腐 45 にんじん 15 たまねぎ 20 冷凍ほうれんそう 10 干ししいたけ 0.3 ポークブイヨン 12 うすくちしょうゆ 3 塩 0.5	一		一 冷凍鶏肉皮引いき肉 20 冷凍減えび 15 冷凍減えび 15 将理酒 0.5 にんじん 20 たまねぎ 30 たけのこ水煮 15 青ねぎ 5 下ししいたけ 0.5 しょうが 0.5 ひまかり油(いため用) 0.6 チャンブイロン(ストレート) 5 砂糖 1 こいくちしょうゆ 3 料理酒 0.6 塩 0.6 こしょう 0.02 (はるまき 1本(40)	一
こんだて	セルフドッグ (ウインナー・野菜)	ご は ん京風うまに	ビ ビ ン バ しゅうまいのからあげ	小型パン 焼そば カリフラワーのあまずづけ	☆ 季 節 料 理 ご は ん ぶた肉のなんばんづけ ☆ きのこじる	新料理パン あげじゃがのミートソース	ごはんやまとい	ん ご は ん (小) <u>に こ み う ど ん</u> 小魚のいそべあげ え ミニゼリー(洋なし)	パンさわらのエスニック風	☆季節料理ご は ん☆森のハンバーグ	平均栄養量 - エネルギー	「カミカミ料理」
おかずの内容	チキンスティック 2本(40) なたね油(揚げ用)1.5 にんじん 5 キャベツ 30 たまねぎ 10 ひまわり油(いため用)0.4 塩 0.1 カレー粉 0.2 トマトケチャブスティック1本(8) 合凍ホールコーン 10 スイートコーンベースト 40 にんじん 15 たまねぎ 40 ひまわり油(いため用)0.6 牛乳 30ml チキンブイヨン(濃縮)10 塩 0.6	だいず 12 冷凍がんもどき 15 ひじき 3 にんじん 20 冷凍さやいんげん 5 ひまわか油(いため用) 0.6 砂糖 3 こいくちしょうゆ 4 料理酒 1 塩削節 1 にまつな 20 竹輪 10 キャベツ 30 砂糖 0.7	こいくちしょうゆ 0.7 冷凍ほうれんそう 20 にんじん 10 だいこん 10 水煮ぜんまい 7 しょうが 0.2 白ごま 0.2	冷凍豚内 30	たまねぎ 15 /砂糖 3 こいくちしょうゆ 3 酢 5 一味とうがらし 0.01	なたね油(揚げ用)0.3 冷凍牛肉ひき肉 30 にんじん 15 たまねぎ 40 マッシュルーム 10 冷凍グリーンピース 3 ひまわり油(いため用)0.6 トマトケチャップ 9 ウスターソース 3.5 料理ワイン 1	だいず] じゃがいも	まねぞ り	料理 1 1 塩 2 な粉 3.5 と 3.	「職人)チキンハンバーグ 1コ(0) マッシュルーム 水煮 10 冷凍 しめじ 5 冷凍 えのきたけ 5 チキンブイヨン (ストレート) 7 砂糖 1.5 こいくちしょうゆ 2 料理酒 1 みりん 1 片栗粉 0.5 じゃがいも 25 にんじん 15 たまねぎ 20 わかめ 0.7 合わせみそ 12	鉄 23mg ビタミンA 408μgRAE ビタミンB ₁ 0.37mg ビタミンB ₂ 0.54mg ビタミンC 24mg 食物繊維 4.1g 食塩相当量	がた。 「たべる小魚」 「小魚のいそべあげ」 「カミカミビーンズ」

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

神戸市学校給食 (検索)

放射性物質検査報告 8/20に検査 しました「牛肉」の結果は「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。