



令和2年4月 こんだて表 (1・3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
(一財) 神戸市学校給食会

日・曜日	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)
こんだて	パ ン ポークミンチカツ ウイナーポトフ	ご は ん マーボー豆腐 あげぎょうざ(ひじき)	パ ン クリームシチュー 蒸し野菜(ブロッコリー)	ご は ん けい肉のうまに 田作り風	ご は ん ビーフカレー カリフラワーのスープに	パ ン いちごジャム けい肉のこはくあげ チンゲンサイのスープ	ご は ん ぶた肉のやな川風 切干しだいこんのうまに	パ ン にこみハンバーグ 野菜ソテー りんごゼリー	ご は ん 焼鳥風に みそしる
おかず の内容	〔ポークミンチカツ 1コ(60)〕 なたね油(揚げ用) 6 〔荒挽ミカテルウイナー 25〕 ジャガイモ 40 にんじん 25 たまねぎ 30 ひまわり油(いため用) 0.6 チキンブイオン(濃縮) 4 料理ワイン 2 塩 0.8 こしょう 0.02	冷凍豆腐 70 冷凍牛肉ひき肉 25 にんじん 20 たまねぎ 30 たけのこ水煮 10 青ねぎ 5 しょうが 0.5 ひまわり油(いため用) 0.3 ごま油 0.3 ポークブイオン 5 合わせみそ 6 砂糖 2 こいくちしょうゆ 2 料理酒 1 トウバンジャン 0.08 片栗粉 1 〔ひき入りぎょうざ 2コ(36)〕 なたね油(揚げ用) 1.5	冷凍鶏肉皮付 30 ジャガイモ 50 にんじん 20 たまねぎ 30 キャベツ 20 ひまわり油(いため用) 0.6 牛乳 10ml ホワイトソース 30 チキンブイオン(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〕 イタリアンドレッシング 1袋(8)	冷凍鶏肉皮付 40 生揚げ 30 にんじん 25 たまねぎ 30 青ねぎ 5 つきこんにやく 20 ひまわり油(いため用) 0.6 砂糖 3 こいくちしょうゆ 5 削節 1 煮干し 9 なたね油(揚げ用) 0.5 白ごま 0.5 砂糖 1.5 こいくちしょうゆ 1	冷凍牛肉 35 ジャガイモ 50 にんじん 20 たまねぎ 40 冷凍グリーンピース 3 ひまわり油(いため用) 0.6 カレールウ 12 ポークブイオン 5 トマトケチャップ 2 ウスターソース 2 料理ワイン 2 冷凍カリフラワー 40 たまねぎ 10 ひまわり油(いため用) 0.2 ポークブイオン 5 塩 0.4 こしょう 0.01	〔いちごジャム 1袋(10)〕 冷凍鶏肉皮付 2コ(60) しょうが 0.6 こいくちしょうゆ 3 料理酒 0.5 片栗粉 4.5 米粉 1.5 なたね油(揚げ用) 4 チンゲンサイ 30 冷凍豚肉 20 木綿豆腐 25 にんじん 10 たまねぎ 15 ひまわり油(いため用) 0.2 ポークブイオン 8 こいくちしょうゆ 3 料理酒 1 塩 0.3 こしょう 0.03	冷凍豚肉 30 冷凍液卵 30 ごぼう 25 にんじん 15 冷凍さやいんげん 5 ひまわり油(いため用) 0.4 砂糖 2 こいくちしょうゆ 1 料理酒 2 塩 0.6 削節 1 切干しだいこん 6 油揚げ 5 にんじん 5 ひまわり油(いため用) 0.4 砂糖 1 こいくちしょうゆ 2 料理酒 0.5 塩 0.1 削節 0.5	〔チキンハンバーグ 1コ(60)〕 たまねぎ 10 ひまわり油(いため用) 0.2 砂糖 0.5 トマトケチャップ 6 ウスターソース 3 冷凍豚肉糸切 15 にんじん 10 ほうれんそう 10 キャベツ 60 冷凍ホールコーン 10 ひまわり油(いため用) 0.6 こいくちしょうゆ 2 料理酒 1 塩 0.4 こしょう 0.02 〔りんごゼリー 1コ(70)〕	冷凍鶏肉皮付 60 鶏レバー 13 白ねぎ 12 しょうが 0.3 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 片栗粉 0.8 ジャガイモ 30 こまつな 15 たまねぎ 25 合わせみそ 12 削節 2

日・曜日	27日(月)	28日(火)	30日(木)		
こんだて	はつげ げんまい 発芽玄米入りごはん 京風うまに たまねぎ天のにびたし	季節献立 ごは ん さわらのたつたあげ 若竹に 花見だんご	小型パン スパゲティミートソース カミカミビーンズ		
おかず の内容	冷凍豚肉 25 だいた水煮 25 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 0.2 削節 1 淡路たまねぎ天 20 冷凍ほうれんそう 10 キャベツ 40 砂糖 0.7 こいくちしょうゆ 2 削節 1	さわら 1切(50) しょうが 0.5 こいくちしょうゆ 2 料理酒 0.5 片栗粉 5 なたね油(揚げ用) 3 わかめ 1.5 たけのこ水煮 30 冷凍鶏肉皮付 30 にんじん 20 ひまわり油(いため用) 0.4 砂糖 1 こいくちしょうゆ 2 料理酒 1 塩 0.3 削節 1 〔三色だんご 1袋(30)〕	スパゲティ 22 冷凍牛肉ひき肉 30 にんじん 10 たまねぎ 45 冷凍グリーンピース 5 ひまわり油(いため用) 0.6 ホワイトソース 13 トマトケチャップ 9 ウスターソース 3.5 料理ワイン 1 塩 0.3 こしょう 0.02 いりだいず 10 しらす干し 4 白ごま 1 砂糖 1 こいくちしょうゆ 1 みりん 1	<div> <div> 新しい学年のスタートです </div> <p>1年生は、4月のみ米の量を1人あたり5g減らす、給食時間を長めにとるなどして給食に慣れるようにしています。</p> <p>旬の食材を使った「季節料理」や「郷土料理」「行事献立」「新料理」など特色のある料理を毎月の「こんだて表」でお知らせします。</p> <p>毎月、アレルギーの卵除去(調理の最終段階で入れる卵を除く)対応料理に下線表示をしてお知らせします。</p> <p>裏面の「学校給食だより」には、食育に関する内容などを掲載しますのでご覧ください。</p> </div> <div> <div> 「はし」を毎日持ってきましたよう </div> <p>「はし」で食べることがふさわしい料理については、「はし」で食べるようにしています。ご家庭でも「正しいはしの持ち方」ができますようご指導ください。</p> <div> 正しい「はし」の持ち方 <p>※使う指は4本です。休んでいるのは小指だけです。</p> <p>上のはし えんぴつを持つかたちです。中指の第一関節とつめの間の横に当てて、親指と人差し指でやわらかくはさむようにして持ちます。</p> <p>下のはし 親指と人差し指の間にはさみ、先のほうは、薬指のつめのすぐ下の横に固定します。</p> </div> </div>	

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 2/19に検査しました「出しこんぶ」「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。

4月目標 給食のやくそくを守ろう