平成29年7月こんだて表 (4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	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	10日(月)	11日(火)	12日(水)
こんだて	ご は ん 焼 鳥 風 に 七夕そうめんじる	ご は ん 肉と野菜のうまに ひじきと油あげのにもの	パ ン りんごジャム かぼちゃコロッケ コーンスープ	☆ 季 節 料 理 ご は ん ふりかけ(ゆかり) あじのたつたあげ ☆とうがんスープ	黒 糖 パ ン とうふチャンプルー ミートボールのチリソース パ イ ン ア ッ プ ル	ご は ん や ま と に こまつなとたくあんのいためもの	プルコギトッパプ (焼肉どんぶり) わかさぎのからあげ 春 雨 ス – プ	小型パン焼 ば がりフラワーのあまずづけ みかんゼリー
お か ず の 内 容	冷凍鶏肉	できない。 30 にゃがいも 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 冷凍油揚げ 5 にんじん 5 ひまわり油(いため用) 0.4 砂糖 2 こいくちしょうゆ 2.5 料理酒 0.5 削節 0.5	くりんごジャム 1袋(15) かぼちゃコロッケ1コ(50) なたね油(揚げ用) 5 冷凍ホールコーン 10 スイートコーン 40 冷凍鶏肉皮引 20 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) 5 料理ワイン 2 塩 0.6 こしょう 0.02	く ふりかけ(ゆかり) 1袋(0.8)	一	冷凍牛肉 30 だいず 13 じゃがいも 40 にんじん 15 たけのこ水煮 10 つきこんにゃく 10 ひまわり油(いため用) 0.6 砂糖 4 こいくちしょうゆ 6 料理酒 1 削節 1 冷凍こまつな 40 きざみたくあん 10 白ごま 0.8 ごま油 0.4 こいくちしょうゆ 0.2	307 307 307 307 307 307 307 307 307 307	様そばめん 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 5 料理酒 0.5 塩 0.3 こしょう 0.02 冷凍カリフラワー 40 砂糖 1 酢 1.5 カレー粉 0.1 < みかんゼリー 1コ(70)
こんだて	☆ 季 節 料 理 ご は ん 他 人 と じ ☆ な す の 田 楽	パ ン あらびきソーセージ ツ ナ ポ テ ト パンプキンスープ	ご は ん 和風ハンバーグ 五 色 に		☆ 季 節 料 理 ご は ん ☆ 夏野菜のカレー だいずとにぼしのいそあえ	中学年一食あたり 平均栄養量 <u>エネルギー</u> 655kcal <u>たんぱく質</u> 25.8g	農薬や化学肥料をできた安全・安心な野菜で	神戸市内で生産され、 るだけ使わずに作られ
おかずの内容	中内 20 凍り豆腐 7 冷凍液卵 15 たまねどん 15 たまねがリーンピース 5 ひまわり油(いため用) 04 04 砂糖 2 料理酒 1 塩 0.5 削節 1 ななす 40 ななれは(揚げ用) 1.5 冷凍鶏肉皮引ひき肉 10 ひまわり油(いため用) 0.2 合かせみそ 5 砂糖 3 料理酒 0.5 片栗粉 0.2	 荒挽チキンウインナー 1本(40) なたね油(揚げ用) 1.5 まぐろ油漬 15 じゃがいも 40 冷凍ホールコーン 5 たまねぎ 15 パセリ 0.2 ひまわり油(いため用) 0.4 塩 0.2 こしょう 0.01 冷凍かほちゃ 40 たまねぎ 40 ひまわり油(いため用) 0.6 牛乳 10ml ホワイトソース 15 チキンブイヨン(濃縮) 9 塩 0.7 こしょう 0.02 	五 日 日 日 日 日 日 日 日 日	キャベッ入りミンチカツ 1コ(60) なたね油(揚げ用) 6 冷凍豚肉 20 じゃがいも 40 にんじん 15 たまねぎ 20 ひまわり油(いため用) 0.6 ボークブイヨン 10 うすくちしょうゆ 3 料理酒 1 塩 0.5 こしょう 0.01	冷凍豚肉 35 かほちゃ 35 にんじん 15 ビーマン 7 たます 30 なす 15 ひまわり油(いため用) 0.6 カレールウ 10 ボークブイヨン 5 トマトケチャップ 2 ウスターソース 料理ワイン 2 10 10 10 10 10 10 10	カルシウム 333mg 鉄 2.6mg ビタミンA 428μg ビタミンB1 0.38mg ビタミンB2 0.54mg ビタミンC 27mg 食物繊維 3.9g 食塩相当量 2.2g 脂肪エネルギー比 29%	「菜菜(なな)ちゃん」をゃん。 は農家の作る一個では、 は農家で作る一個では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、	菜菜5ゃん こうべ旬菜 - #戸プランド野菜-

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

(検索)

神戸市学校給食

放射性物質検査報告

5 / 23に検査しました「くきわかめ」の結果は 「検出せず」でした。ご安心ください。 たまねぎ・じゃがいも・なすは、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。