

# 2024年11月 神戸市中学校給食献立・アレルギー特定原材料一覧表

◆飲む牛乳のチェック  をしてください。

飲む  飲まない

年 組 名前

アレルギーチェック欄記入方法： =食べる  =食べない(代替食も持参しない)  =代替食持参  =卵除去食希望(対応料理のみ)

※今月は「卵除去対応料理」はありません。

日付	アレルギー	料理名	食 材	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ
1金		ごはん	精白米								
		鶏肉の黒糖煮	冷凍鶏肉皮付・にんじん・たまねぎ・国産冷凍ピーマン(4色)スライス・なたね油(いため用)・ 合わせみそ・黒砂糖・濃口醤油・みりん・料理酒・片栗粉・塩			●					
		豚肉とブロッコリーのカレー炒め	冷凍豚肉・冷凍ブロッコリー・にんじん・なたね油(いため用)・砂糖・トマトケチャップ・ウスターソース・ カレー粉・料理酒・塩・胡椒・ガーリック・塩								
	さつまいものレモン煮	冷凍さつまいも・砂糖・塩・レモン果汁									
5火		パン	コッペパン			●					
		鶏肉のオレンジソース	冷凍鶏肉皮付・塩・胡椒・なたね油(いため用)・たまねぎ・おろししょうが・オレンジジュース・ なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・料理ワイン・パプリカ・片栗粉			●					
		アスパラのソテー	冷凍アスパラガス・なたね油(いため用)・塩・胡椒・塩								
		ミネストローネ	ツイストマカロニ・カットベーコン・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・冷凍グリーンピース・ なたね油(いため用)・ポークブイオン・ホールトマト・塩・胡椒・塩			●					
6水		ごはん	精白米								
		マスのから揚げ	ます・塩・胡椒・片栗粉・米粉・なたね油(揚げ用)								
		いも煮	冷凍さといも・冷凍牛肉・にんじん・白ねぎ・冷凍しめじ・つきこんにゃく・なたね油(いため用)・砂糖・ 濃口醤油・料理酒・みりん・だしパック・塩			●					
	れんこんのそぼろ炒め	れんこん水煮・冷凍豚肉ひき肉・なたね油(いため用)・合わせみそ・濃口醤油・料理酒・みりん・塩			●						
7木		ごはん	精白米								
		ごまさけふりかけ	ふりかけ								
		チキンポトフ	冷凍鶏肉皮付・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・だいこん・なたね油(いため用)・チキンブイオン(濃縮)・ 料理ワイン・塩・胡椒								
		ひじき入り揚げぎょうざ	ひじき入りぎょうざ・なたね油(揚げ用)			●					
	厚揚げと白菜の煮物	冷凍生揚げ・はくさい・砂糖・濃口醤油・料理酒・だしパック・片栗粉			●						
8金		ごはん	精白米								
		ピリ辛肉じゃが	冷凍豚肉・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・冷凍グリーンピース・つきこんにゃく・胡麻油・砂糖・ 濃口醤油・料理酒・トウバンジャン・コチジャン・だしパック・塩			●					
		鶏肉の照り煮	冷凍鶏肉皮付・白ねぎ・おろししょうが・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・料理酒・みりん・片栗粉			●					
	カリフラワーのカレーマリネ	冷凍カリフラワー・砂糖・酢・塩・カレー粉・塩									
11月		パン	コッペパン			●					
		りんごジャム	りんごジャム								
		鶏肉のソテー	冷凍鶏肉皮付・塩・胡椒・米粉・なたね油(いため用)								
		ツナポテト	まぐろ油漬・カットポテト・たまねぎ・にんじん・乾燥パセリ・なたね油(いため用)・塩・胡椒・塩								
		スープ煮	カットベーコン・にんじん・キャベツ・たまねぎ・冷凍ホールコーン・なたね油(いため用)・ ポークブイオン・料理ワイン・塩・胡椒								
12火		ごはん	精白米								
		お米と野菜ふりかけ	ふりかけ								
		豚肉のしょうが炒め	冷凍豚肉・たまねぎ・青ねぎ・おろししょうが・濃口醤油・みりん・料理酒・なたね油(いため用)			●					
		鶏肉とマカロニのトマト煮	ツイストマカロニ・冷凍鶏肉皮付・じゃがいも・たまねぎ・冷凍グリーンピース・なたね油(いため用)・ チキンブイオン(濃縮)・ホールトマト・砂糖・トマトケチャップ・ウスターソース・料理ワイン・塩・塩			●					
		ひじきと高野豆腐の炒り煮	ひじき・凍り豆腐・にんじん・冷凍さやいんげん・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・料理酒・だしパック・塩			●					
13水		ごはん	精白米								
		タッカンジョン	冷凍鶏肉皮付・おろしにんにく・濃口醤油・みりん・片栗粉・米粉・なたね油(揚げ用)・砂糖・濃口醤油・ 酢・コチジャン			●					
		もやしのナムル	だいずもやし・きゅうり・白胡麻・なたね油(いため用)・胡麻油・濃口醤油・塩			●					
	豚肉と野菜のスープ	冷凍豚肉・にんじん・たまねぎ・冷凍こまつな・おろししょうが・なたね油(いため用)・ポークブイオン・ 淡口醤油・料理酒・塩・胡椒・塩			●						
14木		ごはん	精白米								
		ビーフカレー	冷凍牛肉・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・冷凍グリーンピース・なたね油(いため用)・カレールウ・ ポークブイオン・トマトケチャップ・ウスターソース・料理ワイン・塩			●					
		白身魚のフライ	白身魚フライ・なたね油(揚げ用)			●					
	ブロッコリーのガーリック炒め	冷凍ブロッコリー・ポークハム・ガーリック・なたね油(いため用)・塩・塩			●						
15金		ごはん	精白米								
		鶏肉と揚げなすのみぞれ炒め	冷凍鶏肉皮付・料理酒・塩・胡椒・なたね油(いため用)・なす・なたね油(揚げ用)・冷凍おろしだいこん・ 砂糖・濃口醤油・みりん・酢・片栗粉			●					
		こんぶ豆	きざみこんぶ・だいず水煮・にんじん・砂糖・濃口醤油・料理酒・みりん・だしパック・塩			●					
	沢煮椀	冷凍豚肉糸切・冷凍こまつな・じゃがいも・にんじん・ごぼう・冷凍えのきたけ・おろししょうが・淡口醤油・ 料理酒・みりん・塩・胡椒・だしパック・塩			●						

# 2024年11月 神戸市中学校給食献立・アレルギー特定原材料一覧表

◆飲用牛乳のチェック  をしてください。

飲む  飲まない

年 組 名前

アレルギーチェック欄記入方法： =食べる  =食べない(代替食も持参しない)  =代替食持参  =卵除去食希望(対応料理のみ)

※今月は「卵除去対応料理」はありません。

日付	アレルギー	料理名	食材	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ
18月		パン	コッペパン			●					
		豆乳チャウダー	豆乳・カットベーコン・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・冷凍グリーンピース・なたね油(いため用)・米粉と豆乳のホワイトルウ・ポークパイオン・料理ワイン・塩・胡椒・塩								
		さつまいもコロック	さつまいもコロック・なたね油(揚げ用)			●					
	きゅうりと大根のツナあえ	きゅうり・だいこん・にんじん・まぐろ油漬・なたね油(いため用)・濃口醤油・みりん・塩			●						
19火		ごはん	精白米								
		サワラのたつた揚げ	さわら・おろししょうが・濃口醤油・料理酒・片栗粉・なたね油(揚げ用)			●					
		和風きのこスパゲティソテー	兵庫県産パスタ・冷凍しめじ・冷凍ほうれんそう・なたね油(いため用)・塩・胡椒・淡口醤油・塩			●					
		チンゲン菜のスープ	チンゲンサイ・冷凍豚肉・冷凍豆腐・にんじん・たまねぎ・なたね油(いため用)・ポークパイオン・淡口醤油・料理酒・塩・胡椒			●					
		食べる小魚(芋けんぴ入り)	たべる小魚(いもけんぴ入)								
20水		ごはん	精白米								
		焼鳥風煮	冷凍鶏肉皮付・鶏レバー・白ねぎ・おろししょうが・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・料理酒・片栗粉			●					
		キャベツのゆかりあえ	キャベツ・にんじん・なたね油(いため用)・淡口醤油・みりん・ゆかり粉・塩			●					
		春雨スープ	緑豆春雨・冷凍豚肉・にんじん・冷凍ほうれんそう・たまねぎ・干しいたけ・おろししょうが・なたね油(いため用)・ポークパイオン・淡口醤油・料理酒・塩・胡椒・塩			●					
21木		ごはん	精白米								
		サケの塩焼き	さけ・塩・なたね油(いため用)								
		筑前煮	冷凍鶏肉皮付・冷凍がんもどき・にんじん・たけのこ水煮・冷凍さやいんげん・角こんにゃく・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・料理酒・だしパック・塩			●					
	小松菜とたくあんの炒め物	冷凍こまつな・きざみたたくあん・なたね油(いため用)・濃口醤油・みりん・塩			●						
22金		ごはん	精白米								
		小松菜コロック	小松菜コロック・なたね油(揚げ用)			●					
		牛肉とキャベツの甘辛炒め	冷凍牛肉・キャベツ・たまねぎ・おろししょうが・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・塩・胡椒・片栗粉			●					
		みそ汁	冷凍豆腐・冷凍油揚げ・チンゲンサイ・にんじん・神戸市産みそ・だしパック								
	ゆずゼリー	ゆずゼリー									
25月		小型パン	コッペパン			●					
		焼きそば	焼きそばめん・冷凍豚肉・にんじん・キャベツ・たまねぎ・青ねぎ・なたね油(いため用)・ウスターソース・料理酒・塩・胡椒			●					
		ワカサギのから揚げ	わかさぎ・米粉・なたね油(揚げ用)・砂糖・濃口醤油・料理酒			●					
		大根のナムル	だいこん・きゅうり・白胡麻・なたね油(いため用)・胡麻油・濃口醤油・塩			●					
26火		ごはん	精白米								
		豚肉のかわり揚げ	冷凍豚肉角切・濃口醤油・料理酒・片栗粉・なたね油(揚げ用)・合わせみそ・砂糖・みりん			●					
		かぼちゃのふくめ煮	冷凍かぼちゃ皮付・砂糖・濃口醤油・料理酒・だしパック			●					
		きのこ汁	冷凍しめじ・冷凍えのきたけ・冷凍鶏肉皮引・料理酒・冷凍さといも・にんじん・だいこん・青ねぎ・つきこんにゃく・淡口醤油・だしパック・塩			●					
27水		ごはん	精白米								
		大和煮	冷凍牛肉・だいたい水煮・じゃがいも・にんじん・たけのこ水煮・つきこんにゃく・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・料理酒・だしパック・塩			●					
		揚げ春巻	春巻・なたね油(揚げ用)			●					
	いんげんのおかかあえ	冷凍さやいんげん・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・かつお節・塩			●						
28木		ごはん	精白米								
		アジのつけ焼き	あじ・料理酒・みりん・濃口醤油・なたね油(いため用)			●					
		じゃがいもとひじきの煮物	まぐろ油漬・ひじき・じゃがいも・にんじん・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・料理酒・だしパック			●					
		豚肉のはりはり汁	冷凍豚肉・冷凍豆腐・冷凍油揚げ・みずな・にんじん・おろししょうが・淡口醤油・料理酒・塩・だしパック			●					
	ピーチミニゼリー	ピーチゼリー(ミニ)									
29金		ごはん	精白米								
		和風ハンバーグ	豆腐入チキンハンバーグ・なたね油(いため用)・チキンパイオン(濃縮)・砂糖・濃口醤油・料理酒・みりん・片栗粉			●					
		牛肉とごぼうのきんぴら	冷凍牛肉糸切・ごぼう・冷凍さやいんげん・つきこんにゃく・なたね油(いため用)・料理酒・砂糖・濃口醤油・塩			●					
	旬菜スープ	こまつな・冷凍豚肉・にんじん・たまねぎ・冷凍ホールコーン・なたね油(いため用)・ポークパイオン・淡口醤油・料理酒・塩・胡椒・塩			●						

中学生一食あたり	エネルギー	たんぱく質	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量
平均栄養量	812kcal	34.6g	335mg	109mg	3.8mg	417μgRAE	0.56mg	0.60mg	37mg	6.8g	2.7g

- 平均栄養量には牛乳(200ml・126kcal)が含まれています。
- 調理場では別の調理等も行っており、コンタミネーション(微量混入)の可能性あります。
- 特定原材料8品目を使用したり、加工食品の原材料として使用したりする可能性がある場合は、「●」を表示しています。
- 各学校に提供する給食食材の詳細情報は、神戸市中学校給食のホームページの「使用食品一覧表」でご確認ください。