

2025年1月 神戸市中学校給食献立・アレルギー特定原材料一覧表

1地区

年 組 名前

◆飲用牛乳のチェック をしてください。

飲む 飲まない

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
7火		ごはん	精白米								
		アカウオのから揚げ	あかうお・塩・胡椒・片栗粉・米粉・なたね油(揚げ用)								
		さつまいもと栗の甘煮 白みそ雑煮	冷凍さつまいも・栗甘露煮・砂糖・塩 もち・冷凍鶏肉皮引・料理酒・冷凍さといも・にんじん・冷凍ほうれんそう・だいこん・合わせみそ・白みそ・だしパック・塩								
8水		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)・チキンブイヨン(濃縮)・砂糖・濃口醤油・料理酒・みりん・片栗粉			●					
		カレー肉そばろ 沢煮椀	冷凍牛肉ひき肉・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)・トマトケチャップ・ウスターソース・料理ワイン・塩・胡椒・ガーリック・カレー粉・塩 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			●					
9木		ごはん	精白米								
		豚肉と厚揚げのみそ炒め	冷凍豚肉・冷凍生揚げ・キャベツ・たまねぎ・冷凍パプリカ・なたね油(いため用)・料理酒・合わせみそ・砂糖・濃口醤油・塩			●					
		春雨中華サラダ 中華ドレッシング	緑豆春雨・チキンハム・にんじん・きゅうり・冷凍ホールコーン・なたね油(いため用)・塩 中華ドレッシング			●					
		ツナポテト	まぐろ油漬・じゃがいも・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								
10金		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			●					
		大根のナムル トッパ	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 トッパ・冷凍牛肉ひき肉・にんじん・たまねぎ・たけのこ水煮・青ねぎ・おろしにんにく・なたね油(いため用)・ポークブイヨン・淡口醤油・塩・胡椒			●					
14火		ごはん	精白米								
		おかかふりかけ 鶏肉の黒糖煮	ふりかけ 冷凍鶏肉皮付・にんじん・たまねぎ・国産冷凍ピーマンスライス・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			●					
		キャベツとツナのソテー ひじきとコーンの煮物	まぐろ油漬・キャベツ・おろししょうが・なたね油(いため用)・濃口醤油・みりん・料理酒・塩 ひじき・冷凍ホールコーン・ポークハム・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・だしパック・塩			●					
		パン	コッペパン			●					
15水		牛肉とアスパラのオイスター炒め	冷凍牛肉糸切・冷凍アスパラガス・たまねぎ・なたね油(いため用)・料理酒・塩・胡椒・砂糖・オイスターソース・塩			●					
		ポークコロッセ 豆腐と野菜のスープ	ポークコロッセ・なたね油(揚げ用) 冷凍豆腐・にんじん・ほうれんそう・たまねぎ・干しいたけ・ポークブイヨン・淡口醤油・塩・胡椒・塩			●					
		ごはん	精白米								
16木		マーボー豆腐	冷凍豆腐・冷凍牛肉ひき肉・にんじん・たまねぎ・たけのこ水煮・青ねぎ・干しいたけ・おろししょうが・なたね油(いため用)・料理酒・合わせみそ・砂糖・濃口醤油・トウバンジャン・片栗粉			●					
		揚げ春巻 キャベツとコーンのソテー	春巻・なたね油(揚げ用) キャベツ・冷凍ホールコーン・にんじん・なたね油(いため用)・濃口醤油・塩・胡椒・塩			●					
		ごはん	精白米								
17金		つくだに(ひじきのり)	つくだに(ひじきのり)			●					
		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)			●					
		さつまいものうま煮	冷凍さつまいも・冷凍鶏肉皮付・冷凍さやいんげん・おろししょうが・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・料理酒・だしパック・塩			●					
		ビーフンスープ	ビーフン・冷凍豚肉糸切・にんじん・ほうれんそう・はくさい・干しいたけ・ポークブイヨン・淡口醤油・料理酒・塩・胡椒・塩			●					
20月		パン	コッペパン			●					
		ポークビーンズ	冷凍豚肉・だいた水煮・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)・ポークブイヨン(濃縮)・ホールトマト・砂糖・トマトケチャップ・パプリカ・ウスターソース・料理ワイン・塩・胡椒・塩								
		平つくねの照り焼き	キャベツ入り平つくね・なたね油(いため用)・おろししょうが・砂糖・濃口醤油・みりん・片栗粉			●					
		ポイルブロッコリー 青じそドレッシング	冷凍ブロッコリー・塩 青じそドレッシング			●					
21火		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・ポークブイヨン・トマトケチャップ・ウスターソース・料理ワイン・塩			●					
		ささみカツ いんげんのおかかあえ	ポテトとお米のささみカツ・なたね油(揚げ用) 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			●					

2025年1月 神戸市中学校給食献立・アレルギー特定原材料一覧表

1地区

年 組 名前

◆飲用牛乳のチェック をしてください。

飲む 飲まない

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
22 水		ごはん	精白米								
		鶏肉のみそ焼き	冷凍鶏肉皮付・合わせみそ・料理酒・みりん・なたね油(いため用)								
		肉じゃが	冷凍豚肉・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・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・塩・だしパック・塩			●					
	白菜の煮びたし	はくさい・竹輪・にんじん・砂糖・濃口醤油・だしパック			●						
23 木		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)			●					
		黒豆	黒豆煮豆								
		かす汁	冷凍豚肉・冷凍油揚げ・にんじん・だいこん・青ねぎ・つきこんにゃく・塩・酒かす・合わせみそ・淡口醤油・だしパック			●					
	ゆずゼリー	ゆずゼリー									
24 金		ごはん	精白米								
		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			●					
		ブロッコリーのごま酢あえ	冷凍ブロッコリー・にんじん・白胡麻・砂糖・酢・塩・塩								
		春雨スープ	緑豆春雨・冷凍豚肉・にんじん・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			●					
	アップルミニゼリー	アップルゼリー									
27 月		パン	コッペパン			●					
		メープルジャム	メープルジャム								
		牛肉と揚げじゃがのケチャップソース	冷凍牛肉・おろししょうが・濃口醤油・料理酒・じゃがいも・なたね油(揚げ用)・にんじん・冷凍グリーンピース・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・塩			●					
		カリフラワーとベーコンのソテー	カットベーコン・冷凍カリフラワー・なたね油(いため用)・塩・胡椒・塩								
		大根とツナのごまサラダ	まぐろ油漬・だいこん・にんじん・きゅうり・なたね油(いため用)・塩								
	ごまドレッシング	ごまドレッシング			●						
28 火		ごはん	精白米								
		サケのフライ	さけフライ・なたね油(揚げ用)			●					
		タルタルソース(卵抜き)	タルタルソース(卵抜き)								
		五目豆	だいず水煮・冷凍豚肉糸切・冷凍油揚げ・にんじん・つきこんにゃく・砂糖・濃口醤油・料理酒・だしパック・塩			●					
	鶏肉のしょうが汁	冷凍鶏肉皮引・料理酒・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・キャベツ・青ねぎ・おろししょうが・淡口醤油・塩・胡椒・だしパック			●						
29 水		ごはん	精白米								
		ユーリンチー	冷凍鶏肉皮付・濃口醤油・料理酒・片栗粉・なたね油(揚げ用)・白ねぎ・おろししょうが・砂糖・濃口醤油・酢・オイスターソース・おろしにんにく			●					
		小松菜のごま風味炒め	冷凍ごまつな・冷凍油揚げ・にんじん・白胡麻・胡麻油・濃口醤油・みりん・塩			●					
	チンゲン菜とコーンのスープ	チンゲンサイ・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			●						
30 木		ごはん	精白米								
		厚揚げと牛肉のピリ辛みそ炒め	冷凍生揚げ・冷凍牛肉・濃口醤油・料理酒・にんじん・青ねぎ・たけのこ水煮・国産冷凍ピーマンスライス・おろししょうが・なたね油(いため用)・料理酒・チキンパイオン(濃縮)・合わせみそ・砂糖・濃口醤油・トウバンジャン・片栗粉			●					
		五色きんぴら	冷凍豚肉糸切・ごぼう・にんじん・冷凍さやいんげん・つきこんにゃく・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・料理酒・塩			●					
	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			●						
31 金		ごはん	精白米								
		鶏肉の照り焼き	冷凍鶏肉皮付・濃口醤油・砂糖・料理酒・おろししょうが・なたね油(いため用)・濃口醤油・砂糖・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								
	豚汁	冷凍豚肉・じゃがいも・にんじん・ごぼう・青ねぎ・合わせみそ・だしパック									

中学生一食あたり 平均栄養量	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
	818kcal	34.0g	327mg	111mg	4.0mg	337μgRAE	0.52mg	0.58mg	40mg	7.3g	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。
- 揚げ油については、複数回使用しています。
- 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。