



令和7年4月 こんだて表 (特別支援学校)

アレルギーチェック用記載例: □=食べる ☑=食べない (代替食持参もしない) ■=代替食持参 ▣=卵除去食希望 (対応料理のみ)
アレルギー対応希望者のみこんだて表にチェックを入れ提出してください。



◆牛乳は毎日つきます。 牛乳飲む□ 飲まない□

◆下線表示は「卵除去対応料理」です。

div>

※今月はありません。

日	14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)
こんだて	□ パン	□ ごはん	□ パン	□ ごはん	□ ごはん	□ ごはん	季節献立	□ パン	□ ごはん
	□ にこみハンバーグ	□ マーボー豆腐	□ かぼちゃコロッケ	□ ぶた肉とごぼうのうまに	□ けい肉と野菜のうまに	□ 焼鳥風に	□ さわらのたつたあげ	□ いちごジャム	□ ふりかけ(おかか)
	□ ぶた肉と野菜のスープ	□ あげぎょうざ(ひじき)	□ 春 雨 スー プ	□ こまつなとあげのみそに	□ ミニゼリー(アセロラ)	□ みそしる	□ 若 竹 に	□ クリームシチュー	□ 京風うまに
							□ まっ茶プリン	□ ほうれんそうのガーリックいため	□ にびたし
おかずの内容(g)	チキンハンバーグ 1コ(60)	冷凍豆腐 70	かぼちゃコロッケ 1コ(50)	冷凍豚肉 40	冷凍鶏肉皮付 50	冷凍鶏肉皮付 60	さわら 1切(50)	いちごジャム 1袋(10)	ふりかけ(おかか) 1袋(2)
	たまねぎ 10	冷凍牛肉ひき肉 30	なたね油(揚げ用) 5	ごぼう 35	料理酒 1	鶏レバー 13	しょうが 0.5	冷凍鶏肉皮付 30	冷凍豚肉 25
	なたね油(いため用) 0.2	にんじん 20	緑豆春雨 7	にんじん 25	じゃがいも 60	白ねぎ 12	こいくちしょうゆ 1.5	じゃがいも 50	だいず水煮 25
	砂糖 0.5	たまねぎ 30	冷凍豚肉 20	冷凍さやいんげん 5	たまねぎ 40	しょうが 0.3	料理酒 0.5	にんじん 20	冷凍がんもどき 15
	トマトケチャップ 10	たけのこ水煮 10	にんじん 15	なたね油(いため用) 0.4	冷凍グリーンピース 5	なたね油(いため用) 0.6	片栗粉 5	たまねぎ 30	ひじき 3
	ウスターソース 5	青ねぎ 5	冷凍ほうれんそう 15	砂糖 2	こいくちしょうゆ 3	砂糖 3	なたね油(揚げ用) 3	なたね油(いため用) 0.6	にんじん 20
	冷凍豚肉 30	しょうが 0.5	たまねぎ 30	料理酒 2	塩 0.3	こいくちしょうゆ 3.5	わかめ 1.5	牛乳 10ml	冷凍さやいんげん 5
	にんじん 15	なたね油(いため用) 0.3	干ししいたけ 0.3	塩 0.5	削節 1	料理酒 1	たけのこ水煮 30	ホワイソース 30	なたね油(いため用) 0.6
	たまねぎ 30	ごま油 0.3	しょうが 0.3	削節 1	冷凍たら角切 40	片栗粉 0.8	冷凍鶏肉皮付 30	チキンブイヨン(濃縮) 3	こいくちしょうゆ 4
	こまつな 15	合わせみそ 6	しょうが 0.3	冷凍こまつな 25	しょうが 0.4	冷凍豆腐 35	冷凍生揚げ 20	料理ワイン 2	料理酒 1
	しょうが 0.3	砂糖 2	なたね油(いため用) 0.4	冷 凍 合 せ み そ 4	こいくちしょうゆ 1	冷凍油揚げ 3	にんじん 30	塩 0.5	塩 0.2
	なたね油(いため用) 0.4	こいくちしょうゆ 2	ポークブイヨン 10	冷 凍 こ ま つ な 40	料理酒 0.5	冷凍こまつな 15	なたね油(いため用) 0.6	こしょう 0.02	削節 1
	ポークブイヨン 8	料理パン 1	うすくちしょうゆ 3	冷 凍 生 揚 げ 40	片栗粉 2	にんじん 10	砂糖 1.5	冷凍ほうれんそう 35	竹輪 10
	うすくちしょうゆ 2	トウバンジャン 0.08	料理酒 1	合 せ み そ 4	米粉 0.7	たまねぎ 25	こいくちしょうゆ 3	カットベーコン 15	ほうれんそう 10
	料理酒 1	片栗粉 1	塩 0.4	砂 糖 1.5	なたね油(揚げ用) 2.5	合わせみそ 12	料理酒 1.5	なたね油(いため用) 0.4	キャベツ 50
	塩 0.4	ひじき入りぎょうざ 2コ(36)	こしょう 0.02	こいくちしょうゆ 1	砂糖 1	削節 2	塩 0.3	こしょう 0.02	砂糖 0.7
	こしょう 0.01	なたね油(揚げ用) 1.5		削節 0.5	こいくちしょうゆ 1.5		抹茶プリン 1コ(40)	ガーリック 0.02	こいくちしょうゆ 2

日	25日(金)	28日(月)	30日(水)
こんだて	□ ごはん	□ 小 型 パ ン	□ パ ン
	□ ビーフカレー	□ スパゲティミートソース	□ けい肉のこはくあげ
	□ ツナキャベツ	□ ちりめんピーンズ	□ 洋 風 に も の
おかずの内容(g)	冷凍牛肉 35	スパゲティ 22	冷凍鶏肉皮付 2コ(60)
	じゃがいも 50	冷凍牛肉ひき肉 30	しょうが 0.6
	にんじん 20	にんじん 10	こいくちしょうゆ 2
	たまねぎ 40	たまねぎ 45	料理酒 0.5
	冷凍グリーンピース 3	冷凍グリーンピース 5	片栗粉 4.5
	なたね油(いため用) 0.6	なたね油(いため用) 0.6	米粉 1.5
	カレールウ 12	ホワイソース 13	なたね油(揚げ用) 4
	ポークブイヨン 5	トマトケチャップ 9	ポークハム 20
	トマトケチャップ 2	ウスターソース 3.5	じゃがいも 55
	ウスターソース 2	料理ワイン 1	チンゲンサイ 20
	料理ワイン 2	塩 0.3	にんじん 15
	キャベツ 30	こしょう 0.02	たまねぎ 30
	まぐろ野菜スープ煮 10	だいず水煮 20	冷凍ホールコーン 5
	青ねぎ 3	しらす干し 4	冷 凍 ホ ー ル コ ー ン 5
	なたね油(いため用) 0.4	白ごま 1	ポークブイヨン 5
	砂糖 0.2	砂糖 1.3	塩 0.4
	こいくちしょうゆ 1.2	こいくちしょうゆ 1.3	こしょう 0.02

小学生中学年一食あたり 平均栄養量
※栄養量は「日本食品標準成分表 2020 年版 (1訂)」に基づき算出しています。
エネルギー 618kcal
たんぱく質エネルギー比 16.7%
脂肪エネルギー比 31.7%
カルシウム 316 mg
マグネシウム 88 mg
鉄 2.9 mg
ビタミンA 404 μgRAE
ビタミンB1 0.41 mg
ビタミンB2 0.52 mg
ビタミンC 20 mg
食物繊維 5.4 g
食塩相当量 2.2 g

給食がはじまります!

♡ 1年生は、4月のみ米の量を1人当たり5g減らす、給食時間を長めにとるなどして給食になれるようにしています。

♡ 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。

♡ 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。

♡ 裏面の「学校給食・食育だより」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。

「はし」を毎日持ってきましょう

「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。

正しい「はし」の持ち方

※使う指は4本です。休んでいるのは小指だけです。

4月目標 給食のやくそくを守ろう

神戸市教育委員会
(一財)神戸市学校給食会

— なまえ: —