

# 2025年3月 神戸市中学校給食献立・アレルギー特定原材料一覧表

2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)  
 ※赤字での表示が「卵除去対応料理」です。

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
3月		ごはん	精白米								
		アカウオのから揚げ	あかうお・塩・こしょう・片栗粉・米粉・なたね油(揚げ用)								
		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・こいくちしょうゆ・料理酒・だしパック・塩			●					
		すまし汁	ちらしかまぼこ・にんじん・だいこん・冷凍えのきたけ・わかめ・うすくちしょうゆ・塩・だしパック・出しこんぶ			●					
		ひしもち	ひし餅								
4火		ごはん	精白米								
		親子煮	冷凍鶏肉皮付・冷凍液卵・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・青ねぎ・おろししょうが・なたね油(いため用)・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒・塩・だしパック・塩	●		●					
		厚揚げと大根のピリ辛煮	冷凍生揚げ・だいこん・なたね油(いため用)・トウバンジャン・ポークブイヨン(濃縮)・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒・オイスターソース・片栗粉			●					
	ほうれん草のおひたし	冷凍ほうれん草・こいくちしょうゆ・だしパック・塩			●						
5水		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・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・こいくちしょうゆ・みりん・料理酒・片栗粉・塩			●					
		チンゲン菜と豚肉のソテー	冷凍豚肉・こいくちしょうゆ・料理酒・チンゲンサイ・白ねぎ・おろししょうが・なたね油(いため用)・こいくちしょうゆ・料理酒・こしょう・塩			●					
		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・こいくちしょうゆ・かつお節・塩			●					
	洋なしミニゼリー	洋なしゼリー									
6木		パン	コッペパン			●					
		ポークシチュー	冷凍豚肉・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・マッシュルーム水煮・なたね油(いため用)・デミグラスソース・トマトピューレ・トマトケチャップ・ウスターソース・料理ワイン・塩・こしょう・ガーリック			●					
		かぼちゃコロッケ	かぼちゃコロッケ・なたね油(揚げ用)			●					
		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								
7金		ごはん	精白米								
		肉じゃが	冷凍牛肉・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・こいくちしょうゆ・料理酒・塩・だしパック・塩			●					
		鶏肉のソテー	冷凍鶏肉皮付・塩・こしょう・米粉・なたね油(いため用)								
	神戸にんじん天の煮びたし	神戸にんじん天・冷凍こまつな・砂糖・こいくちしょうゆ・だしパック・塩			●						
10月		ごはん	精白米								
		フライドチキン	冷凍鶏肉皮引・おろししょうが・おろしにんにく・こいくちしょうゆ・砂糖・塩・こしょう・片栗粉・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・こいくちしょうゆ・塩・こしょう・片栗粉			●					
		お祝い汁	なると・冷凍油揚げ・にんじん・冷凍ほうれん草・だいこん・うすくちしょうゆ・塩・だしパック・出しこんぶ・塩			●					
	みかんゼリー	みかんゼリー									
11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(粉末)・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			●					
		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			●					
		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			●						

# 2025年3月 神戸市中学校給食献立・アレルギー特定原材料一覧表

2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)  
 ※赤字での表示が「卵除去対応料理」です。

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
12水		ごはん	精白米								
		サワラの西京焼き	さわら・白みそ・砂糖・料理酒・みりん・なたね油(いため用)								
		きんぴらごぼう	ごぼう・つきこんにゃく・にんじん・なたね油(いため用)・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒・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・うすくちしょうゆ・料理酒・塩・こしょう・塩			●					
		日向夏ゼリー	日向夏ゼリー								
13木		ごはん	精白米								
		大和煮	冷凍牛肉・だいち水煮・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・こいくちしょうゆ・料理酒・だしパック・塩			●					
		揚げ春巻	春巻・なたね油(揚げ用)			●					
		キャベツの甘酢あえ	キャベツ・にんじん・冷凍ホールコーン・砂糖・酢・塩・塩								
17月		ごはん	精白米								
		のりふりかけ	ふりかけ								
		鶏肉のはちみつしょうが焼き	冷凍鶏肉皮付・塩・こしょう・米粉・なたね油(いため用)・おろししょうが・はちみつ・こいくちしょうゆ・料理酒・片栗粉			●					
		小松菜とたくあんのおかか炒め	冷凍こまつな・きざみたくあん・なたね油(いため用)・こいくちしょうゆ・みりん・かつお節・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・うすくちしょうゆ・料理酒・塩・こしょう			●					
18火		パン	コッペパン			●					
		ポークチャップ	冷凍豚肉・たまねぎ・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・料理ワイン・塩・こしょう・片栗粉								
		キャベツのカレー炒め	キャベツ・にんじん・なたね油(いため用)・カレー粉・塩・塩								
		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)・チキンパイオン(濃縮)・料理ワイン・塩・こしょう								
19水		ごはん	精白米								
		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・こいくちしょうゆ・みりん・料理酒・なたね油(いため用)			●					
		ひじきとツナの煮物	ひじき・まぐろ油漬・冷凍さやいんげん・なたね油(いため用)・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒・だしパック・塩			●					
		みそ汁	冷凍豆腐・冷凍油揚げ・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・青ねぎ・合わせみそ・だしパック								
21金		ごはん	精白米								
		豚肉のなんばんづけ	冷凍豚肉カット・こいくちしょうゆ・料理酒・片栗粉・なたね油(揚げ用)・にんじん・たまねぎ・砂糖・こいくちしょうゆ・酢・片栗粉・塩			●					
		白菜の煮びたし	はくさい・竹輪・にんじん・砂糖・こいくちしょうゆ・だしパック			●					
	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・うすくちしょうゆ・塩・こしょう・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
	805kcal	32.2g	318mg	107mg	4.1mg	330μgRAE	0.56mg	0.58mg	42mg	7.5g	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)の可能性がります。
- 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。