

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

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)

※赤字での表示は「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(小)	精白米								
		焼そば	焼そばめん・冷凍豚肉・冷凍いか・料理酒・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			●					
		鶏肉のレモンソテー	冷凍鶏肉皮付・にんじん・たまねぎ・なたね油(いため用)・レモン果汁・砂糖・料理ワイン・塩								
4火		すしごはん	すしごはん			●					
		ちらしずしの具	凍り豆腐・竹輪・しらす干し・にんじん・冷凍さやいんげん・干しいたけ・砂糖・濃口醤油・削節・塩			●			●	●	
		きざみのり	きざみのり								
		れんこんのたつた揚げ	れんこん水煮・濃口醤油・みりん・片栗粉・なたね油(揚げ用)			●					
		赤だし	冷凍たら角切・料理酒・冷凍豆腐・ちらしかまぼこ(梅)・にんじん・じゃがいも・みつば・八丁みそ・合わせみそ・削節								
		ひなあられ	ひなあられ								
5水		パン	コッペパン			●					
		フライドチキン	冷凍鶏肉皮付・しょうが・おろしにんにく・濃口醤油・砂糖・塩・胡椒・片栗粉・なたね油(揚げ用)			●					
		白いんげん豆のポタージュ	白いんげんまめピューレ・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・パセリ・なたね油(いため用)・豆乳・ポークブイヨン・塩・胡椒・米粉								
		キャベツのソテー	キャベツ・にんじん・たまねぎ・なたね油(いため用)・塩・胡椒								
		みかんゼリー	みかんゼリー								
6木		ごはん	精白米								
		焼鳥風煮	冷凍鶏肉皮付・鶏レバー・白ねぎ・しょうが・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・料理酒・片栗粉			●					
		旬菜スープ	こまつな・豚肉スライス・にんじん・たまねぎ・冷凍ホールコーン・なたね油(いため用)・ポークブイヨン・淡口醤油・料理酒・塩・胡椒・塩			●					
		しゅうまいのから揚げ(えび)	しゅうまい(えび)・なたね油(揚げ用)			●			●		
7金		ごはん	精白米								
		あじのねぎだれ	あじ・しょうが・料理酒・片栗粉・なたね油(揚げ用)・白ねぎ・砂糖・濃口醤油・酢			●					
		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・しょうが・なたね油(いため用)・ポークブイヨン・淡口醤油・料理酒・塩・胡椒・塩			●					
		アップルゼリー	アップルゼリー								
10月		ごはん	精白米								
		牛肉のウエスタン風	冷凍牛肉・しょうが・濃口醤油・料理酒・片栗粉・なたね油(揚げ用)・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・砂糖・トマトケチャップ・ウスターソース・塩			●					
		ほうれん草のガーリック炒め	冷凍ほうれん草・カットベーコン・なたね油(いため用)・胡椒・ガーリック・塩								
11火		ごはん	精白米								
		ふりかけ(えごま)	ふりかけ(えごま)								
		京風うま煮	冷凍豚肉・だいず・冷凍がんもどき・ひじき・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・塩・削節・塩			●					
		チンゲン菜のさっぱり炒め	チンゲンサイ・冷凍鶏肉皮付・にんじん・たまねぎ・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・酢・料理酒・塩			●					

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

◆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)
 ※赤字での表示は「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		パン	コッペパン			●					
		おたのしみチーズ	型抜きチーズ		●						
		煮込みハンバーグ	チキンハンバーグ・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			●					
		野菜ソテー	冷凍豚肉糸切・にんじん・ほうれんそう・キャベツ・冷凍ホールコーン・なたね油(いため用)・濃口醤油・料理酒・塩・胡椒・塩			●					
		フライドポテト	じゃがいも・なたね油(揚げ用)								
13木		ごはん	精白米								
		豚肉のやな川風	冷凍豚肉・冷凍液卵・ごぼう・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・塩・削節・塩	●		●					
		切干し大根のツナ炒め	切干しだいごん・まぐろ油漬・冷凍ほうれんそう・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・削節・塩			●					
17月		パン	コッペパン			●					
		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・だいごん・なたね油(いため用)・チキンブイヨン(濃縮)・料理ワイン・塩・胡椒								
		カリポリフィッシュ	いりだいご・煮干し・白胡麻・あおさ・砂糖・濃口醤油			●					
		フルーツカクテル	カクテルゼリー・パイン缶・黄桃缶・みかん缶・砂糖								
18火		ごはん	精白米								
		ビーフカレー	牛肉スライス・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			●					
		蒸し野菜(ブロッコリー)	冷凍ブロッコリー								
		中華ドレッシング	中華ドレッシング			●					
		小魚の米粉揚げ	煮干し・米粉・あおさ・なたね油(揚げ用)								
19水		ごはん	精白米								
		豚肉のなんばんづけ	冷凍豚肉カット・濃口醤油・料理酒・片栗粉・なたね油(揚げ用)・にんじん・たまねぎ・砂糖・濃口醤油・酢・片栗粉・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			●					
	鶏肉のしょうが汁	冷凍鶏肉皮付・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			●						
21金		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・濃口醤油・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・濃口醤油・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								

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
	786kcal	32.6g	351mg	110mg	3.8mg	472μgRAE	0.60mg	0.58mg	38mg	7.6g	2.9g

- 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。