

## 2025年4月 神戸市中学校給食献立・アレルギー特定原材料一覧表

日付	曜日	料理名	食材	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くまみ
10	木	鶏肉のから揚げ	鶏肉皮付・おろししょうが・こいくちしょうゆ・料理酒・かたくり粉・米粉・なたね油			●					
		きゅうりのおかかあえ	きゅうり・えのきたけ・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・酢・かつお節			●					
		スパゲティナポリタン	スパゲティ(ハーフカット)・カットベーコン・玉ねぎ・グリーンピース・なたね油・トマトケチャップ・塩・こしょう			●					
		カリフラワーのカレーマリネ	カリフラワー・砂糖・酢・塩・カレー粉								
11	金	エビ・イカミックスフライ	エビフライ・なたね油・いかリングフライ・なたね油・ウスターソース(小袋)	●		●			●		
		キャベツとウインナーのソテー	キャベツ・チキンウインナースライス・なたね油・塩・こしょう								
		ジャーマンポテト	カットベーコン・じゃがいも(角小)・玉ねぎ・パセリ・なたね油・塩・こしょう								
		ブロッコリーのスープ煮	ブロッコリー・ポークパイオン・うすくちしょうゆ			●					
		いちごゼリー	いちごゼリー								
14	月	ポークチャップ	豚肉カット[もも]・玉ねぎ・神戸市内産オニオンソテー・なたね油・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・かたくり粉								
		アイランドサラダ	チキンハム・なたね油・にんじん・キャベツ・きゅうり・アイランドドレッシング								
		ひじきとツナの煮物	ひじき・マグロ油漬・さやいんげん・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒・削り節[だし用]			●					
15	火	サワラの照り焼き	サワラ・こいくちしょうゆ・砂糖・料理酒・おろししょうが・なたね油・こいくちしょうゆ・砂糖・みりん・かたくり粉			●					
		ほうれん草とコーンのソテー	ほうれん草・ホールコーン・なたね油・こいくちしょうゆ・みりん			●					
		肉じゃが	豚肉スライス・じゃがいも(角小)・にんじん・玉ねぎ・さやいんげん・糸こんにゃく・なたね油・料理酒・砂糖・こいくちしょうゆ・塩・削り節[だし用]			●					
		たけのこごはんの具	たけのこ水煮(短冊)・鶏肉皮引カット・料理酒・きざみ油揚げ・にんじん・砂糖・こいくちしょうゆ・削り節[だし用]			●					
		花見だんご	三色だんご								
16	水	鶏肉の黒糖煮	鶏肉皮付・にんじん・玉ねぎ・さやいんげん・なたね油・合わせみそ・黒砂糖・こいくちしょうゆ・みりん・料理酒・かたくり粉			●					
		ワカサギのから揚げ	ワカサギ・米粉・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒			●					
		きゅうりのピリ辛炒め	きゅうり・豚肉スライス・なたね油・おろしにんにく・トウバンジャン・砂糖・こいくちしょうゆ・酢・料理酒			●					
17	木	ビーフカレー	ビーフカレー								
		かぼちゃのコロッケ	かぼちゃコロッケ・なたね油			●					
		小松菜のガーリック炒め	小松菜・にんじん・カットベーコン・なたね油・塩・こしょう・ガーリック								
		キャベツの甘酢あえ	キャベツ・にんじん・ホールコーン・砂糖・酢・塩								
18	金	豚肉のしょうが炒め	豚肉スライス・にんじん・玉ねぎ・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			●					
		じゃがいものうま煮	じゃがいも(角小)・鶏肉皮付・さやいんげん・おろししょうが・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒・削り節[だし用]			●					
		厚揚げの甘煮	生揚げ[大]・グリーンピース・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒・削り節[だし用]・かたくり粉			●					
		のりふりかけ	ふりかけ[のり]								
21	月	豚肉と厚揚げのみそ炒め	豚肉スライス・生揚げ[大]・キャベツ・玉ねぎ・ピーマン・パプリカ(赤スライス)・なたね油・料理酒・合わせみそ・砂糖・こいくちしょうゆ			●					
		大根のうま煮	大根・鶏肉皮付・竹輪(きざみ)・にんじん・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒・削り節[だし用]			●					
		タラのから揚げ	タラ・塩・こしょう・かたくり粉・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒			●					

## 2025年4月 神戸市中学校給食献立・アレルギー特定原材料一覧表

日付	曜日	料理名	食材	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くまみ
22	火	アジのなんばんづけ	アジ・こいくちしょうゆ・料理酒・かたくり粉・なたね油・にんじん・玉ねぎ・砂糖・こいくちしょうゆ・酢・かたくり粉			●					
		五色きんぴら	豚肉糸切・ごぼう(せん切り)・にんじん・さやいんげん・つきこんにゃく・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒			●					
		カレー肉そば	牛肉ひき肉・にんじん・玉ねぎ・グリーンピース・なたね油・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・カレー粉								
23	水	鶏肉のピリ辛煮	鶏肉皮付・にんじん・玉ねぎ・おろししょうが・なたね油・料理酒・砂糖・こいくちしょうゆ・トウバンジャン・かたくり粉			●					
		さつまいもと豚肉のしょうが煮	さつまいも(乱切り)・豚肉スライス・おろししょうが・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒・削り節(だし用)			●					
		ほうれん草のおひたし	ほうれん草・こいくちしょうゆ・削り節(だし用)			●					
		みかんゼリー	みかんゼリー								
24	木	鉄火煮	牛肉スライス・生揚げ(大)・じゃがいも(角小)・にんじん・ささがきごぼう・なたね油・合わせみそ・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒・削り節(だし用)			●					
		竹輪のいそべ揚げ	竹輪(1/4カット)・小麦粉・あおさ・なたね油			●					
		キャベツと豚肉のソテー	豚肉スライス・キャベツ・料理酒・なたね油・塩・こしょう・ポークブイヨン・ウスターソース								
25	金	ポークカツのデミグラスソースかけ	豚ロースカツ・なたね油・デミグラスソース			●					
		大根ときゅうりのピリ風味あえ	大根・きゅうり・にんじん・なたね油・こいくちしょうゆ・みりん・レモン果汁			●					
		チンゲン菜とツナの炒め物	マクロ野菜スープ煮・チンゲン菜・にんじん・白ごま・ごま油・こいくちしょうゆ・みりん			●					
28	月	豚肉とじゃがいもの炒め煮	豚肉スライス・じゃがいも・なたね油・にんじん・さやいんげん・つきこんにゃく・おろししょうが・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒			●					
		牛肉とアスパラのオイスター炒め	牛肉糸切・アスパラガス・玉ねぎ・なたね油・料理酒・塩・こしょう・砂糖・オイスターソース								
		こんぶ豆	きざみこんぶ・水煮大豆・にんじん・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒・みりん・削り節(だし用)			●					
		ゆかりふりかけ	ふりかけ(ゆかり)								
30	水	マーボー豆腐	豆腐・豚肉ひき肉・にんじん・玉ねぎ・たけのこ水煮(短冊)・青ねぎ・干しいたけ・おろししょうが・なたね油・料理酒・ポークブイヨン・合わせみそ・砂糖・こいくちしょうゆ・トウバンジャン・かたくり粉			●					
		ひじき入り揚げぎょうざ	ひじき入りぎょうざ・なたね油			●					
		ほうれん草と切干し大根のナムル	ほうれん草・切り干しだいこん・なたね油(いため用)・こいくちしょうゆ・ごま油・白ごま			●					

### 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
821kcal	31.5g	322mg	109mg	3.2mg	291 $\mu$ gRAE	0.57mg	0.55mg	36mg	4.5g	2.3g

- ご飯(約220g・342kcal)と牛乳(200ml・126kcal)が毎回ついています。
- 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。