

2025年7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	くるみ
1	火	鶏肉のうま煮	鶏肉皮付・生揚げ〔大〕・にんじん・玉ねぎ・青ねぎ・つきこんにゃく・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒・削り節〔だし用〕			●					
		マカロニサラダ	マカロニ・ポークハム・にんじん・きゅうり・ホールコーン・ノンエッグドレッシング			●					
		小松菜とさつま揚げの煮びたし	小松菜・さつま揚げスライス・砂糖・こいくちしょうゆ・削り節〔だし用〕			●					
2	水	サワラの香味焼き	サワラ・なたね油・こいくちしょうゆ・砂糖・料理酒・おろししょうが・ガーリック			●					
		ほうれん草のソテー	ほうれん草・なたね油・こいくちしょうゆ・みりん			●					
		豚肉とブロッコリーのカレー炒め	豚肉スライス・ブロッコリー・にんじん・なたね油・砂糖・トマトケチャップ・ウスターソース・カレー粉・料理酒・塩・こしょう・ガーリック								
		肉豆腐	牛肉スライス・焼き豆腐・白ねぎ・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〕			●					
		シークワサーゼリー	シークワサーゼリー								
3	木	豚肉のなんばんづけ	豚肉カット〔もも〕・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			●					
		親子煮	鶏肉皮付・液卵・じゃがいも〔角小〕・にんじん・玉ねぎ・青ねぎ・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〕・かたくり粉	●		●					
		キャベツのじゃこソテー	キャベツ・パプリカ(赤スライス)・パプリカ(黄スライス)・シラス干し・なたね油・チキンブイヨン・塩・こしょう						●	●	
4	金	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			●					
		ツナポテト	マグロ油漬・じゃがいも〔角小〕・玉ねぎ・にんじん・パセリ・なたね油・塩・こしょう								
		五目豆	水煮大豆・豚肉糸切・きざみ油揚げ・にんじん・つきこんにゃく・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒・削り節〔だし用〕			●					
7	月	牛肉とブロッコリーのごまだれ炒め	牛肉スライス・ブロッコリー・にんじん・玉ねぎ・しめじ・なたね油・練りごま・砂糖・こいくちしょうゆ・塩・酢・オイスターソース・白ごま・かたくり粉			●					
		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〕			●					
		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								
8	火	ハンバーグのトマトソースかけ	豆腐入チキンハンバーグ・なたね油・トマトソース								
		豚二郎炒め	豚肉スライス・にら・にんじん・玉ねぎ・チンゲン菜・おろししょうが・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・オイスターソース・料理酒・削り節〔だし用〕・かたくり粉			●					
		かぼちゃのスープ煮	かぼちゃ・塩・こしょう・ポークブイヨン								
9	水	サケの塩焼き	サケ・塩・なたね油								
		小松菜とたくあんの炒め物	小松菜・きざみたくあん(白)・なたね油・こいくちしょうゆ・みりん			●					
		焼鳥風煮	鶏肉皮付・鶏レバー・白ねぎ・おろししょうが・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒・かたくり粉			●					
		マーボーなす	なす・なたね油・豚肉ひき肉・おろししょうが・ごま油・料理酒・砂糖・合わせみそ・こいくちしょうゆ・トウバンジャン・かたくり粉			●					
10	木	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			●					
		彩りひじき	にんじん・キャベツ・むきえだまめ・ひじき・マグロ油漬・オリーブオイル・砂糖・こいくちしょうゆ・レモン果汁・白ごま			●					
		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〕			●					
		ももゼリー	ももゼリー								

2025年7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	くるみ
11	金	鶏肉とコーンのトマト煮	鶏肉皮付・玉ねぎ・にんじん・グリーンピース・ホールコーン・神戸市内産オニオンソテー・おろしにんにく・なたね油・チキンブイヨン・ホールトマト・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								
		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			●					
		キャベツのカレー風味	キャベツ・にんじん・カレー粉								
		ごまわかめふりかけ	ふりかけ[わかめウエット]								
14	月	大和煮	牛肉スライス・水煮大豆・じゃがいも[角小]・にんじん・たけのこ水煮(短冊)・つきこんにゃく・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒・削り節[だし用]			●					
		かぼちゃと鶏だんごのうま煮	かぼちゃ・兵庫県産鶏つくね・おろししょうが・砂糖・こいくちしょうゆ・料理酒・削り節[だし用]			●					
		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								
15	火	マスのから揚げ	マス・塩・こしょう・かたくり粉・米粉・なたね油								
		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								
		ラタトゥイユ	スティックベーコン・なす・ズッキーニ・パプリカ(赤スライス)・パプリカ(黄スライス)・兵庫県産トマトピューレ・兵庫県産バジルペースト・なたね油・塩・こしょう								
		きゅうりのピリ辛炒め	きゅうり・鶏肉皮付・生揚げ[小]・なたね油・砂糖・こいくちしょうゆ・酢・料理酒・トウバンジャン			●					
16	水	野菜たっぷり!ヤンニョムポーク	豚肉カット[もも]・にんじん・玉ねぎ・ピーマン・なたね油・おろしにんにく・料理酒・塩・こしょう・砂糖・こいくちしょうゆ・トマトケチャップ・みりん・コチジャン			●					
		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			●					
		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			●					
17	木	ベジタブルカレー	ベジタブルカレー								
		ポークコロケ	ポークコロケ・なたね油			●					
		きゅうりと大根のおかかあえ	きゅうり・大根・マグロ油漬・にんじん・なたね油・うすくちしょうゆ・みりん・かつお節			●					
		えだまめ	枝豆・ゆで塩								
18	金	アジのフライ	あじフライ・なたね油			●					
		ほうれん草のガーリック炒め	ほうれん草・チキンハム・なたね油・塩・こしょう・ガーリック								
		豚肉とマカロニのトマト煮	ツイストマカロニ・豚肉スライス・じゃがいも[角小]・玉ねぎ・グリーンピース・なたね油・ポークブイヨン・ホールトマト・砂糖・トマトケチャップ・ウスターソース・料理ワイン・塩			●					
		キャベツとツナのソテー	マグロ油漬・キャベツ・おろししょうが・なたね油・こいくちしょうゆ・みりん・料理酒			●					
		のりふりかけ	ふりかけ[のり]								

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
800kcal	31.7g	317mg	112mg	3.9mg	457μgRAE	0.54mg	0.59mg	34mg	5.1g	2.3g

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

○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。

神戸市中学校給食