

2026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

1地区

年 組 名前			◆飲用牛乳のチェック <input checked="" type="checkbox"/> 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 : <input type="checkbox"/> =食べる <input checked="" type="checkbox"/> =食べない(代替食も持参しない) <input checked="" type="checkbox"/> =代替食持参 <input type="checkbox"/> =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	チアラギ	料理名	食 材				卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ
2月	パン	コッペパン							●					
	ハンバーグ	チキンハンバーグ・なたね油(いため用)・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												
	ボイルカリフラワー	冷凍カリフラワー・塩							●					
	ごまだれッシング	ごまだれッシング							●					
	ジュリエンヌスープ	カットベーコン・じゃがいも・にんじん・冷凍こまつな・たまねぎ・なたね油(いため用)・ポークブイヨン・料理ワイン・塩・胡椒・塩												
3火	ごはん	精白米												
	ヒメダイのから揚げ	ひめだい・塩・胡椒・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・濃口醤油・料理酒・だしパック・塩							●					
	すまし汁	ちらしかまぼこ(梅)・にんじん・だいこん・冷凍えのきだけ・わかめ・淡口醤油・塩・だしパック・出しこんぶ							●					
	ひしもち	ひし餅												
4水	ごはん	精白米												
	マー婆豆腐	冷凍豆腐・冷凍牛肉ひき肉・にんじん・たまねぎ・たけのこ水煮・青ねぎ・干ししいたけ・おろししょうが・なたね油(いため用)・料理酒・合わせみそ・砂糖・濃口醤油・トウバンジャン・片栗粉							●					
	春巻き	春巻・なたね油(揚げ用)							●					
	白菜の煮びたし	はくさい・さつま揚げ・にんじん・砂糖・濃口醤油・だしパック							●					
5木	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							●					
	ささみカツ	ポテトとお米のささみカツ・なたね油(揚げ用)							●					
	キャベツとコーンのソテー	キャベツ・冷凍ホールコーン・にんじん・なたね油(いため用)・濃口醤油・塩・胡椒・塩							●					
6金	ごはん	精白米												
	大和煮	冷凍牛肉・だいじう水煮・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・濃口醤油・料理酒・だしパック・塩							●					
	平つくねの照り焼き	神戸市内産キャベツ入り平つくね・なたね油(いため用)・おろししょうが・砂糖・濃口醤油・みりん・片栗粉							●					
	ほうれん草のおひたし	冷凍ほうれんそう・濃口醤油・だしパック・塩							●					
9月	パン	コッペパン							●					
	みかんジャム	みかんジャム												
	鶏肉とコーンのトマト煮	冷凍鶏肉皮付・たまねぎ・にんじん・冷凍グリンピース・冷凍ホールコーン・おろしにんにく・なたね油(いため用)・チキンブイヨン(濃縮)・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・胡椒・塩												
	にんじんコロッケ	にんじんコロッケ・なたね油(揚げ用)							●					
	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												
10火	ごはん	精白米												
	フライドチキン	冷凍鶏肉皮付・おろししょうが・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)							●					
	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・濃口醤油・塩・胡椒・片栗粉							●					
	お祝い汁	なると(祝)・冷凍油揚げ・にんじん・冷凍ほうれんそう・だいこん・淡口醤油・塩・だしパック・出しこんぶ・塩							●					
	桜もち	桜もち												
11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)												
	じゃがいもとひじきの煮物	まぐろ油漬(菜種油)・ひじき・カットポテト・にんじん・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・料理酒・だしパック							●					
	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・おろししょうが・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							●					
	日向夏ゼリー	日向夏ゼリー												
12木	ごはん	精白米												
	のりぶりかけ	ぶりかけ(のり)												
	牛肉とマカロニのトマト煮	ツイストマカロニ・冷凍牛肉・じゃがいも・たまねぎ・冷凍グリンピース・なたね油(いため用)・ポークブイヨン(濃縮)・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・塩							●					
	きゅうりのピリ辛炒め	きゅうり・冷凍鶏肉皮付・冷凍生揚げ・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・酢・料理酒・トウバンジャン・塩							●					
	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・濃口醤油・だしパック・塩							●					

2026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

1地区

◆飲用牛乳のチェック をしてください。

年 組 名前

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
13 金	○	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・濃口醤油・料理酒・塩・だしパック	●	●						
17 火	○	ベーコンと野菜のグリル	冷凍ブロッコリー・カットベーコン・なたね油(いため用)・塩・胡椒								
		きんぴらごぼう	ごぼう・つきこんにやく・にんじん・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・料理酒・塩	●							
		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・なたね油(いため用)・濃口醤油・料理酒・みりん	●							
18 水	○	きゅうりと大根のおかかあえ	きゅうり・だいこん・まぐろ油漬(菜種油)・にんじん・なたね油(いため用)・淡口醤油・みりん・かつお節・塩	●							
		みそ汁	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								
		洋なしミニゼリー	洋なしゼリー(ミニ)								
		ごはん	精白米								
19 木	○	豚内のかわり揚げ	冷凍豚肉角切・濃口醤油・料理酒・片栗粉・なたね油(揚げ用)・合わせみそ・砂糖・みりん	●							
		栄養満点!やみつきナムル	竹輪・こまつな・にんじん・切干しだいこん・白胡麻・おろしにんにく・なたね油(いため用)・胡麻油・濃口醤油・塩	●							
		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・淡口醤油・塩・胡椒・だしパック	●							
		ごはん	精白米								
23 月	○	マスのから揚げ	ます・塩・胡椒・片栗粉・米粉・なたね油(揚げ用)								
		もやしのソテー	まぐろ油漬(菜種油)・だいずもやし・青ねぎ・なたね油(いため用)・チキンブイヨン(濃縮)・塩・胡椒・塩								
		チンゲン菜とコーンのスープ	チンゲン菜・冷凍豚肉・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	●							
		フルーツ杏仁風プリン	フルーツ杏仁風プリン								
23 月	○	ごはん	精白米								
		アジのねぎだれ	あじ・おろししょうが・料理酒・米粉・なたね油(いため用)・白ねぎ・砂糖・濃口醤油・酢	●							
		ほうれん草とウインナーのソテー	荒挽ミニカクテルウインナー・冷凍ほうれんそう・なたね油(いため用)・淡口醤油・塩・胡椒・塩	●							
23 月	○	豚汁	冷凍豚肉・冷凍さつまいも・にんじん・だいこん・ごぼう・青ねぎ・つきこんにやく・合わせみそ・だしパック・塩								

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
	812kcal	32.4g	339mg	117mg	4.4mg	322μgRAE	0.50mg	0.57mg	33mg	7.3g	2.8g

○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。

神戸市中学校給食

給食の魅力を
発信中!
フォローしてね!

神戸市学校給食会

