

2026年1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 <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 : =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	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
7 水		パン	コッペ/パン						●				
		りんごジャム	りんごジャム										
		ゴールデンシチュー	冷凍鶏肉皮付・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・冷凍ホールコーン・スイートコーンペースト・なたね油(いため用)・牛乳・カレールウ(粉末)・ホワイトソース・チキンブイヨン(濃縮)・料理ワイン・塩・胡椒			●	●						
		蒸し野菜(ブロッコリー)	冷凍ブロッコリー										
		フレンチドレッシング	フレンチドレッシング										
8 木		ごはん	精白米										
		タッカンマリ	冷凍鶏肉皮付・おろしにんにく・濃口醤油・みりん・片栗粉・米粉・なたね油(揚げ用)・砂糖・濃口醤油・酢・チヂミ				●						
		トップ	トップ・冷凍牛肉ひき肉・にんじん・たまねぎ・たけのこ水煮・冷凍ほうれんそう・白胡麻・おろしにんにく・なたね油(いため用)・ポークブイヨン・淡口醤油・塩・胡椒・塩				●						
9 金		ごはん	精白米										
		まぐろとひじきの煮物	まぐろ油漬(菜種油)・ひじき・冷凍がんもどき・にんじん・たまねぎ・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・削節				●						
		小松菜と豚肉の炒め物	冷凍豚肉・濃口醤油・料理酒・冷凍こまつな・にんじん・白ねぎ・しょうが・なたね油(いため用)・濃口醤油・料理酒・胡椒・塩				●						
		ぶどうゼリー	ぶどうゼリー										
13 火		ごはん	精白米										
		白みそ雑煮	もち・冷凍鶏肉皮付・料理酒・冷凍さといも・にんじん・冷凍ほうれんそう・だいこん・合わせみそ・白みそ・削節・塩										
		田作り風	煮干・なたね油(揚げ用)・白胡麻・砂糖・濃口醤油				●						
		栗きんとん	栗甘露煮・さつまいも・みりん・塩										
14 水		ひょうごの小麦パン	ひょうごの小麦パン				●						
		春巻き	春巻・なたね油(揚げ用)				●						
		フォーガー	平めんピーフン・冷凍鶏肉皮付・ほうれんそう・キャベツ・たまねぎ・チキンブイヨン(濃縮)・砂糖・ナンプラー(ニヨクマム)・塩・胡椒・塩										
		みかん	みかん										
15 木		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				●						
		ツナといんげんのソテー	まぐろ油漬(菜種油)・冷凍さやいんげん・にんじん・たまねぎ・なたね油(いため用)・濃口醤油・塩・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)										
16 金		ごはん	精白米										
		あじのなんばんづけ	あじ・料理酒・しょうが・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・一味とうがらし・塩				●						
		ぼたん汁	冷凍し肉・料理酒・さんしょう・油揚げ・にんじん・だいこん・ごぼう・青ねぎ・つきこんにゃく・塩・合わせみそ・みりん・削節										
		キャベツのゆかりあえ	キャベツ・にんじん・なたね油(いため用)・淡口醤油・みりん・ゆかり粉・塩				●						
19 月		パン	コッペ/パン						●				
		にんじんコロッケ	にんじんコロッケ・なたね油(揚げ用)						●				
		キャベツとコーンのソテー	キャベツ・冷凍ホールコーン・なたね油(いため用)・濃口醤油・塩・胡椒・塩						●				
		チンゲン菜のスープ	チンゲン菜・冷凍豚肉・木綿豆腐・にんじん・たまねぎ・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						●				
		はちみつレモンゼリー	はちみつレモンゼリー										
20 火		ごはん	精白米										
		つくだに(兵庫のり)	つくだに(兵庫のり)						●				
		鶏肉と野菜のうま煮	冷凍鶏肉皮付・料理酒・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・冷凍グリンピース・砂糖・濃口醤油・料理酒・塩・削節・塩						●				
		水菜のじゃこ煮	みずな・神戸市産しらす干し・冷凍油揚げ・冷凍ほうれんそう・にんじん・淡口醤油・みりん・削節・塩						●		●	●	

2026年1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 <input checked="" type="checkbox"/> をしてください。							
		<input type="checkbox"/> 飲む <input type="checkbox"/> 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
21 水		パン	コッペ/パン				●				
		スライスチーズ	スライスチーズ			●					
		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								
		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・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								
22 木		ごはん	精白米								
		たこめしの具	冷凍ゆでだこ・竹輪・にんじん・ごぼう・砂糖・濃口醤油・料理酒			●					
		わかさぎのから揚げ	わかさぎ・米粉・なたね油(揚げ用)・砂糖・濃口醤油・料理酒			●					
		かす汁	冷凍豚肉・冷凍油揚げ・にんじん・だいこん・白ねぎ・つきこんにやく・塩・酒かす・合わせみそ・淡口醤油・削節			●					
23 金		ごはん	精白米								
		大豆の洋風煮込み	冷凍牛肉・だいず水煮・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)・デミグラスソース・ポークブイヨン・ホールトマト・砂糖・ウスターソース・料理ワイン・塩・胡椒・ガーリック・パプリカ・塩			●					
		蒸し野菜(カリフラワー)	冷凍カリフラワー								
		アイランドドレッシング	アイランドドレッシング								
		フィッシュボールフライ	野菜ミックスボール・なたね油(揚げ用)								
26 月		ごはん(小)	精白米								
		ちゃんぽん	冷凍中華めん・冷凍豚肉・冷凍いか・冷凍えび・料理酒・にんじん・キャベツ・たまねぎ・青ねぎ・冷凍ホールコーン・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			●				●	
		チキンハムカツ	ハムカツ・なたね油(揚げ用)				●				
		きんぴら大根	だいこん・にんじん・冷凍油揚げ・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・料理酒								
27 火		ごはん	精白米								
		高野豆腐の五目煮	凍り豆腐・冷凍牛肉・にんじん・たまねぎ・冷凍さやいんげん・角こんにやく・塩・砂糖・濃口醤油・料理酒・塩・削節・塩			●					
		豚肉入りにら玉	豚肉スライス・冷凍液卵・にら・干ししいたけ・しょうが・なたね油(いため用)・濃口醤油・料理酒・塩・胡椒		●		●				
28 水		ごはん	精白米								
		鶏肉のスパイシー煮	冷凍鶏肉皮付・鶏レバー・たまねぎ・しょうが・なたね油(いため用)・ホールトマト・砂糖・濃口醤油・トマトケチャップ・ウスターソース・料理ワイン・塩・カレー粉・片栗粉			●					
		とんじゃがスープ	冷凍豚肉・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・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			●					
		ミニゼリー(アップル)	アップルゼリー(ミニ)								
29 木		ごはん	精白米								
		ホキのから揚げ	ホキ・塩・胡椒・片栗粉・米粉・なたね油(揚げ用)								
		黒豆	黒豆煮豆								
		もち麦めん	もちむぎめん・冷凍鶏肉皮付・料理酒・冷凍油揚げ・にんじん・はくさい・だいこん・青ねぎ・濃口醤油・淡口醤油・塩・削節			●					
30 金		ごはん	精白米								
		鶏肉のさっぱり煮	冷凍鶏肉皮付・たまねぎ・しょうが・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・酢・料理酒・片栗粉			●					
		豚汁	冷凍豚肉・じゃがいも・にんじん・ごぼう・合わせみそ・削節								
		小松菜の中華炒め	冷凍こまつな・にんじん・白胡麻・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・酢・胡麻油・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
	793kcal	31.9g	358mg	101mg	4.0mg	460μgRAE	0.44mg	0.56mg	35mg	7.0g	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。

