

2025年9月 神戸市中学校給食献立・アレルギー特定原材料一覧表

3地区

◆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)  
※今月は「卵除去対応料理」はありません。

| 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 |
|-----|-------|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|----|----|-----|----|----|-----|
| 1月  |       | ごはん            | 精白米                                                                                                         |   |   |    |    |     |    |    |     |
|     |       | 鶏肉の梅香揚げ        | 冷凍鶏肉皮付・塩・胡椒・片栗粉・米粉・なたね油(揚げ用)・うめペースト・砂糖・濃口醤油・料理酒                                                             |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |       | 小松菜とたくあんのおかか炒め | 冷凍こまつな・きざみたくあん・にんじん・なたね油(いため用)・濃口醤油・みりん・かつお節・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                                                                  |   |   |    |    |     |    |    |     |
| 2火  |       | ごはん            | 精白米                                                                                                         |   |   |    |    |     |    |    |     |
|     |       | アジのつけ焼き        | あじ・料理酒・みりん・濃口醤油・なたね油(いため用)                                                                                  |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |       | さつまいもと豚肉のしょうが煮 | 冷凍さつまいも・冷凍豚肉・おろししょうが・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・料理酒・だしパック                                                           |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |       | 豆腐と野菜のスープ      | 冷凍豆腐・にんじん・冷凍ほうれんそう・たまねぎ・干しいたけ・ポークパイオン・淡口醤油・塩・胡椒・塩                                                           |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
| 3水  |       | なしゼリー          | なしゼリー                                                                                                       |   |   |    |    |     |    |    |     |
|     |       | ごはん            | 精白米                                                                                                         |   |   |    |    |     |    |    |     |
|     |       | 大和煮            | 冷凍牛肉・だいず水煮・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                                         |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |       | ささみカツ          | ポテトとお米のささみカツ・なたね油(揚げ用)                                                                                      |   |   |    |    |     |    |    |     |
| 4木  |       | キャベツの甘酢あえ      | キャベツ・にんじん・冷凍ホールコーン・砂糖・酢・塩・塩                                                                                 |   |   |    |    |     |    |    |     |
|     |       | ごはん            | 精白米                                                                                                         |   |   |    |    |     |    |    |     |
|     |       | ダッカンジョン        | 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・コチジャン                                                    |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |       | きゅうりのおかかあえ     | きゅうり・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・酢・かつお節・塩                                                                            |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
| 5金  |       | トック            | トック・冷凍牛肉ひき肉・にんじん・たまねぎ・たけのこ水煮・青ねぎ・白胡麻・おろしにんにく・なたね油(いため用)・ポークパイオン・淡口醤油・塩・胡椒                                   |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |       | パン             | コッペパン                                                                                                       |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |       | 牛肉と大豆の洋風煮込み    | 冷凍牛肉・だいず水煮・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・冷凍グリーンピース・なたね油(いため用)・デミグラスソース・チキンパイオン(濃縮)・ホールトマト・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 |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |       | ポークカツ          | 豚ロースカツ・なたね油(揚げ用)                                                                                            |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
| 8月  |       | カリフラワーのカレーマリネ  | 冷凍カリフラワー・砂糖・酢・塩・カレー粉・塩                                                                                      |   |   |    |    |     |    |    |     |
|     |       | ごはん            | 精白米                                                                                                         |   |   |    |    |     |    |    |     |
|     |       | おかかふりかけ        | ふりかけ(おかか)                                                                                                   |   |   |    |    |     |    |    |     |
|     |       | 揚げ春巻           | 春巻・なたね油(揚げ用)                                                                                                |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
| 9火  |       | 小松菜のごまびたし      | 冷凍こまつな・竹輪・にんじん・白胡麻・砂糖・濃口醤油・だしパック・塩                                                                          |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |       | 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                                                 |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |       | ごはん            | 精白米                                                                                                         |   |   |    |    |     |    |    |     |
|     |       | 豚肉のみそ野菜炒め      | 冷凍豚肉・にんじん・キャベツ・たけのこ水煮・冷凍ホールコーン・干しいたけ・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・塩                                 |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
| 10水 |       | 焼鳥風煮           | 冷凍鶏肉皮付・鶏レバー・白ねぎ・おろししょうが・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・料理酒・片栗粉                                                          |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |       | 神戸たまねぎ天の煮びたし   | 神戸たまねぎ天・冷凍ほうれんそう・砂糖・濃口醤油・だしパック・塩                                                                            |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |       | ごはん            | 精白米                                                                                                         |   |   |    |    |     |    |    |     |
|     |       | ピリ辛肉じゃが        | 冷凍豚肉・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・冷凍グリーンピース・つきこんにゃく・胡麻油・砂糖・濃口醤油・料理酒・トウバンジャン・コチジャン・だしパック・塩                                |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
| 11木 |       | 鶏肉と揚げなすのみぞれ炒め  | 冷凍鶏肉皮付・料理酒・塩・胡椒・なたね油(いため用)・なす・なたね油(揚げ用)・冷凍おろしだいこん・砂糖・濃口醤油・みりん・酢・片栗粉                                         |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |       | 厚揚げの甘煮         | 冷凍生揚げ・冷凍グリーンピース・砂糖・濃口醤油・料理酒・だしパック・片栗粉・塩                                                                     |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |       | ごはん            | 精白米                                                                                                         |   |   |    |    |     |    |    |     |
|     |       | サワラの塩こうじ焼き     | さわら・塩こうじ・みりん・なたね油(いため用)                                                                                     |   |   |    |    |     |    |    |     |
| 12金 |       | こんぶ豆           | きざみこんぶ・だいず水煮・にんじん・砂糖・濃口醤油・料理酒・みりん・だしパック・塩                                                                   |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |       | 沢煮椀            | 冷凍豚肉糸切・冷凍ほうれんそう・じゃがいも・にんじん・ごぼう・冷凍えのきたけ・おろししょうが・淡口醤油・料理酒・みりん・塩・胡椒・だしパック・塩                                    |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |       | パン             | コッペパン                                                                                                       |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |       | 鶏肉と夏野菜のカレー煮込み  | 冷凍鶏肉皮付・冷凍かぼちゃ皮付・ホールトマト・冷凍ピーマン・にんじん・たまねぎ・なたね油(いため用)・カレー粉・チキンパイオン(濃縮)・ウスターソース・料理ワイン・塩・塩                       |   |   |    |    |     |    |    |     |
| 16火 |       | ツナポテト          | まぐろ油漬・カットポテト・たまねぎ・にんじん・乾燥パセリ・なたね油(いため用)・塩・胡椒・塩                                                              |   |   |    |    |     |    |    |     |
|     |       | スープ煮           | カットベーコン・にんじん・キャベツ・たまねぎ・冷凍ホールコーン・なたね油(いため用)・ポークパイオン・料理ワイン・塩・胡椒                                               |   |   |    |    |     |    |    |     |
|     |       | ごはん            | 精白米                                                                                                         |   |   |    |    |     |    |    |     |
|     |       | 和風ハンバーグ        | 豆腐入チキンハンバーグ・なたね油(いため用)・チキンパイオン(濃縮)・砂糖・濃口醤油・料理酒・みりん・片栗粉                                                      |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |       | きんぴらごぼう        | ごぼう・つきこんにゃく・にんじん・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・料理酒・塩                                                                   |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |       | 春雨スープ          | 緑豆春雨・冷凍豚肉・にんじん・冷凍ほうれんそう・たまねぎ・干しいたけ・おろししょうが・なたね油(いため用)・ポークパイオン・淡口醤油・料理酒・塩・胡椒・塩                               |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |       | フルーツ杏仁風プリン     | フルーツ杏仁風プリン                                                                                                  |   |   |    |    |     |    |    |     |

2025年9月 神戸市中学校給食献立・アレルギー特定原材料一覧表

3地区

◆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)  
※今月は「卵除去対応料理」はありません。

| 日付  | まよう | 料理名               | 食材                                                                                        | 卵 | 乳 | 小麦 | そば | 落花生 | えび | かに | くるみ |
|-----|-----|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|----|----|-----|----|----|-----|
| 17水 |     | ごはん               | 精白米                                                                                       |   |   |    |    |     |    |    |     |
|     |     | ポークカレー            | 冷凍豚肉・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      |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |     | サケのレモン風味焼き        | さけ・料理酒・レモン果汁・みりん・濃口醤油・なたね油(いため用)                                                          |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
| 18木 |     | えだまめ              | 冷凍えだまめ・塩                                                                                  |   |   |    |    |     |    |    |     |
|     |     | ごはん               | 精白米                                                                                       |   |   |    |    |     |    |    |     |
|     |     | 鶏肉の照り焼き           | 冷凍鶏肉皮付・濃口醤油・砂糖・料理酒・おろししょうが・なたね油(いため用)・濃口醤油・砂糖・みりん・片栗粉                                     |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |     | キャベツのじゃこソテー       | キャベツ・冷凍パプリカ(赤)・冷凍パプリカ(黄)・しらす干し・なたね油(いため用)・淡口醤油・塩・胡椒・塩                                     |   |   | ●  |    |     | ●  | ●  |     |
| 19金 |     | 豚肉と野菜のスープ         | 冷凍豚肉・にんじん・たまねぎ・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                                 |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |     | 米粉入りパン            | 米粉入りパン                                                                                    |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |     | 豆乳チャウダー           | 豆乳・カットベーコン・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)・米粉のホワイトルウ・ポークブイヨン・料理ワイン・塩・胡椒・塩            |   |   |    |    |     |    |    |     |
|     |     | かぼちゃコロッケ          | かぼちゃコロッケ・なたね油(揚げ用)                                                                        |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
| 22月 |     | きゅうりのピクルス         | きゅうり・にんじん・砂糖・塩・酢・塩                                                                        |   |   |    |    |     |    |    |     |
|     |     | ごはん               | 精白米                                                                                       |   |   |    |    |     |    |    |     |
|     |     | 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                 |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |     | アカウオのから揚げ         | あかうお・塩・胡椒・片栗粉・米粉・なたね油(揚げ用)                                                                |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
| 24水 |     | ひじきとコーンの煮物        | ひじき・冷凍ホールコーン・ポークハム・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・だしパック・塩                                             |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |     | ごはん               | 精白米                                                                                       |   |   |    |    |     |    |    |     |
|     |     | くきわかめと野菜の和風マーボー豆腐 | くきわかめ・冷凍豆腐・冷凍豚肉ひき肉・にんじん・にら・白ねぎ・冷凍えのきたけ・おろししょうが・なたね油(いため用)・胡麻油・合わせみそ・砂糖・濃口醤油・料理酒・だしパック・片栗粉 |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |     | じゃがいものうま煮         | じゃがいも・冷凍鶏肉皮付・冷凍さやいんげん・おろししょうが・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・料理酒・だしパック・塩                              |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
| 25木 |     | ボイルブロッコリー         | 冷凍ブロッコリー・塩                                                                                |   |   |    |    |     |    |    |     |
|     |     | 和風ドレッシング          | 和風ドレッシング                                                                                  |   |   |    |    |     |    |    |     |
|     |     | ごはん小              | 精白米                                                                                       |   |   |    |    |     |    |    |     |
|     |     | 焼きそば              | 焼きそばめん・冷凍豚肉・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                                |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
| 26金 |     | ワカサギのから揚げ         | わかさぎ・米粉・なたね油(揚げ用)・砂糖・濃口醤油・料理酒                                                             |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |     | 小松菜の中華あえ          | 冷凍こまつな・にんじん・冷凍ホールコーン・塩                                                                    |   |   |    |    |     |    |    |     |
|     |     | 中華ドレッシング          | 中華ドレッシング                                                                                  |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |     | パン                | コッペパン                                                                                     |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
| 29月 |     | 鶏肉のマスタード焼き        | 冷凍鶏肉皮付・塩・胡椒・米粉・なたね油(いため用)・たまねぎ・なたね油(いため用)・粒マスタード・砂糖・濃口醤油・料理酒・みりん                          |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |     | ほうれん草とコーンのソテー     | 冷凍ほうれんそう・冷凍ホールコーン・なたね油(いため用)・濃口醤油・みりん・塩                                                   |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |     | ミネストローネ           | ツイストマカロニ・カットベーコン・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)・ポークブイヨン・ホールトマト・塩・胡椒・塩               |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |     | ごはん               | 精白米                                                                                       |   |   |    |    |     |    |    |     |
| 30火 |     | 鶏肉のうま煮            | 冷凍鶏肉皮付・冷凍生揚げ・にんじん・たまねぎ・青ねぎ・つきこんにゃく・塩・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・料理酒・だしパック                         |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |     | 白身魚のフライ           | 白身魚フライ・なたね油(揚げ用)                                                                          |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |     | 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                                                                     |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |     | ごはん               | 精白米                                                                                       |   |   |    |    |     |    |    |     |
| 30火 |     | 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                                        |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |     | かぼちゃのふくめ煮         | 冷凍かぼちゃ皮付・砂糖・濃口醤油・料理酒・だしパック                                                                |   |   | ●  |    |     |    |    |     |
|     |     | とんじがスープ           | 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                                     |   |   | ●  |    |     |    |    |     |

| 中学生一食あたり<br>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 |
|-------------------|---------|-------|-------|--------|-------|----------|--------|--------|-------|------|-------|
|                   | 803kcal | 32.5g | 348mg | 120mg  | 3.7mg | 434μgRAE | 0.54mg | 0.58mg | 32mg  | 7.0g | 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