

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

年組名前

◆飲用牛乳のチェック ☒ 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	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
2月		パン	コッペパン			●					
		フライドチキン	冷凍鶏肉皮付・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)			●					
		白いんげん豆のポタージュ	白いんげんまめピューレ・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・パセリ・なたね油(いため用)・豆乳・ポークパイオン・塩・胡椒・米粉								
		ツナキャベツ	キャベツ・まぐろ野菜スープ煮・青ねぎ・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油			●					
		みかんゼリー	みかんゼリー								
3火		すしごはん	すしごはん			●					
		ちらしずしの具	凍り豆腐・竹輪・しらす干し・にんじん・冷凍さやいんげん・干しいたけ・砂糖・濃口醤油・削節・塩			●			●	●	
		きざみのり	きざみのり								
		れんこんのたつた揚げ	れんこん水煮・濃口醤油・みりん・片栗粉・なたね油(揚げ用)			●					
		赤だし	冷凍たら角切・料理酒・冷凍豆腐・ちらしかまぼこ(梅)・にんじん・じゃがいも・みつば・ハ丁みそ・合わせみそ・削節								
		ひなあられ	ひなあられ								
4水		パン	コッペパン			●					
		おたのしみチーズ	型抜きチーズ		●						
		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)・ポークパイオン・料理ワイン・塩・胡椒・塩								
5木		ごはん	精白米								
		タッコムタン	冷凍鶏肉皮付・トック・にんじん・だいこん・白ねぎ・干しいたけ・しょうが・おろしにんにく・胡麻油・なたね油(いため用)・チキンパイオン(濃縮)・塩・胡椒								
		いんげんのピリ辛炒め	冷凍さやいんげん・冷凍豚肉角切・にんじん・おろしにんにく・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			●					
		コロッケ	ポテトコロッケ・なたね油(揚げ用)			●					
6金		ごはん	精白米								
		キャベツ入りミンチカツ	市産キャベツ入りミンチカツ・なたね油(揚げ用)			●					
		ベーコンと卵のスープ	カットベーコン・冷凍液卵・こまつな・にんじん・たまねぎ・なたね油(いため用)・ポークパイオン・塩・胡椒・塩	●							
		ミニゼリー(レモン)	レモンゼリー(ミニ)								
9月		パン	コッペパン			●					
		りんごジャム	りんごジャム								
		牛肉のウエスタン風	冷凍牛肉・しょうが・濃口醤油・料理酒・片栗粉・なたね油(揚げ用)・じゃがいも・なたね油(揚げ用)・にんじん・冷凍グリーンピース・砂糖・トマトケチャップ・ウスターソース・塩			●					
		カリフラワーの甘酢づけ	冷凍カリフラワー・砂糖・酢・塩・カレー粉・塩								
10火		ごはん	精白米								
		焼鳥風煮	冷凍鶏肉皮付・鶏レバー・白ねぎ・しょうが・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・料理酒・片栗粉			●					
		みそ汁	だいこん・木綿豆腐・チンゲン菜・たまねぎ・合わせみそ・削節								
		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			●					
11水		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・冷凍グリーンピース・なたね油(いため用)・カレールウ(粉末)・ポークパイオン・トマトケチャップ・ウスターソース・料理ワイン・塩			●					
		蒸し野菜(ブロッコリー)	冷凍ブロッコリー								
		柑橘ドレッシング	柑橘ドレッシング			●					
		チキンハムカツ	ハムカツ・なたね油(揚げ用)								

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

年組名前

◆飲用牛乳のチェック ☒ 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	アレルギー 表示	料理名	食材	卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに	くるみ
12月		ごはん	精白米								
		ふりかけ(ゆかり)	ふりかけ(ゆかり)								
		京風うま煮	豚肉スライス・だいず・冷凍がんもどき・ひじき・にんじん・冷凍さやいんげん・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・料理酒・塩・削節・塩			●					
		煮びたし	さつま揚げ・ほうれんそう・キャベツ・砂糖・濃口醤油・削節・塩			●					
		ブルーベリーゼリー	ブルーベリーゼリー								
13日		ごはん	精白米								
		神戸牛どんだん	冷凍神戸ビーフ・たまねぎ・青ねぎ・しょうが・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・料理酒・削節			●					
		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			●					
		旬菜スープ	こまつな・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・塩			●					
17日		赤飯	赤飯								
		ごま塩	ごま塩								
		あかうおのから揚げ	あかうお・塩・胡椒・片栗粉・米粉・なたね油(揚げ用)								
		キャベツの鶏そぼろ煮	キャベツ・冷凍鶏肉皮引きき肉・しょうが・なたね油(いため用)・砂糖・濃口醤油・料理酒・塩・片栗粉			●					
		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・しょうが・淡口醤油・料理酒・みりん・塩・胡椒・削節・塩			●					
18日		ごはん	精白米								
		パークシチュー	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)・デミグラスソース・トマトピューレ・トマトケチャップ・ウスターソース・料理ワイン・塩・胡椒・ガーリック			●					
		小えびのから揚げ	冷凍殻付きえび・塩・片栗粉・なたね油(揚げ用)						●		
		フルーツカクテル	カクテルゼリー・パイン缶・黄桃缶・砂糖								
19日		ごはん	精白米								
		のりふりかけ	ふりかけ(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・冷凍グリーンピース・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			●					
23日		ごはん	精白米								
		マーボー豆腐	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			●					


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
	796kcal	31.0g	340mg	100mg	4.2mg	448μgRAE	0.48mg	0.56mg	41mg	7.2g	2.8g

○平均栄養量は牛乳(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



給食の魅力を発信中！
フォローしてね！



神戸市学校給食会