F中　令和７年４月分家庭配付献立表

※給食実施日は、各学校で異なりますので、学校からの便り等で確認してください。
※食材料名は、その料理に入っているすべての食材を掲載しています。

広島市教育委員会

実施日	10日(木)	11日(金)	14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	21日(月)	22日(火)
献立名	①黒糖パン ②タンドリーチキン ③フライドポテト ④キャベツのさっぱりサラダ ⑤卵とにんじんのソテー ⑥きなこフライビーンズ ⑦牛乳	①ごはん ②豚肉のソース炒め ③大根サラダ ④小いわしの磯辺揚げ ⑤さつまいものレモン煮 ⑥牛乳	①ごはん ②鶏肉のから揚げ ③カレーあえ ④スクランブルエッグ ⑤シーザーサラダ ⑥ひじき佃煮 ⑦牛乳	①カレーライス(麦ごはん) ②白身魚のマスタード焼き ③フレンチサラダ ④トマトマカロニソテー ⑤オレンジ ⑥牛乳	①たけのこごはん ②えびの天ぷら ③じゃがいものそぼろ煮 ④菜の花のごまあえ ⑤パイン(シロップ漬け) ⑥牛乳	①パン ②チョコレートスプレッド ③ハンバーグデミグラスソースかけ ④鉄ちゃんサラダ ⑤コーンポテト ⑥レモン角ゼリー ⑦牛乳	①ごはん ②さばの塩焼き ③昆布あえ ④ちくわとかぼちゃのあおさ揚げ ⑤おひたし ⑥マカロニきなこ ⑦牛乳	①ごはん ②チキン南ばん ③温野菜 ④ひよこ豆とじゃがいものトマト煮 ⑤せんちゃんサラダ ⑥パイン(シロップ漬け) ⑦牛乳	①ごはん ②豆腐ハンバーグ おろしソースかけ ③菜の花のかき揚げ ④ブロッコリーサラダ ⑤ひじき佃煮 ⑥牛乳
食材料名	①▲黒糖パン ②●若鶏もも肉(角切) 食塩　こしょう ○ヨーグルト □トマトケチャップ ウスターソース しょうゆ　カレー粉 △ナタネサラダ油 ③▲(冷)フライドポテト △食用米油　食塩 ④●まぐろ(スープ漬) ○ちりめんいりこ □キャベツ　食塩 ■こまつな ■にんじん　食酢 □レモン果汁 ▲さとう　食塩 △マヨネーズ風調味料(ノンエッグ) ⑤●(冷)鶏卵(液卵)　食塩 △ナタネサラダ油 ■にんじん □えのきたけ △ナタネサラダ油 コンソメ 食塩　こしょう ⑥●大豆(水煮)　▲でん粉 △食用米油 ●きな粉 ▲さとう　食塩 ⑦○牛乳	①▲ごはん ②●豚もも肉　□たまねぎ □キャベツ　■にんじん □えのきたけ △ナタネサラダ油 お好みソース ウスターソース ○煮干粉　食塩　こしょう ③●かに風味かまぼこ □だいこん　食塩 □きゅうり　食塩 □ホールコーン ●かつお節(和え物用) △ごまクリーミードレッシング ④○(冷)小いわし　食塩 ▲小麦粉 ●(冷)鶏卵(液卵) ●きな粉　食塩 ○(乾)あおさ　水 △食用米油 ⑤▲さつまいも □レモン果汁 ▲さとう　食塩　水 ⑥○牛乳 郷土(広島県)に伝わる料理 地場産物の日 「キャベツ」「えのきたけ」 「小いわし」	①▲ごはん ②●若鶏胸肉 □しょうが しょうゆ 清酒 △ごま油 食塩 ▲でん粉 □ガーリックパウダー △食用米油 ③■(冷)ブロッコリー △マヨネーズ風調味料(ノンエッグ) 食塩 カレー粉 こしょう ④●(冷)鶏卵(液卵) 食塩 △ナタネサラダ油 □えのきたけ □たまねぎ △ナタネサラダ油 コンソメ 食塩　こしょう ⑤□キャベツ 食塩 ■にんじん □ホールコーン △シーザードレッシング ⑥○ひじき佃煮 ⑦○牛乳	①▲麦ごはん レトルトカレー ②●(冷)ホキ(切身) 清酒 粒入りマスタード △マヨネーズ風調味料(ノンエッグ) しょうゆ ▲さとう △ナタネサラダ油 ③●まぐろ(油漬) □キャベツ　食塩 □きゅうり　食塩 ■にんじん 食酢 △ナタネサラダ油 ▲さとう　食塩 こしょう　洋がらし ④▲マカロニ(エルボ) 食塩 △ナタネサラダ油 ●豚もも肉 □たまねぎ □ホールコーン △ナタネサラダ油 □トマトケチャップ □トマトペースト ウスターソース 食塩　こしょう ⑤□オレンジ ⑥○牛乳	①▲たけのこごはん ②●(冷)尾付きむきえび ▲小麦粉 ●(冷)鶏卵(液卵) ●きな粉 食塩　水 △食用米油 ③●若鶏胸肉 ▲じゃがいも □たまねぎ ■にんじん □(冷)えだまめ △ナタネサラダ油 ●中みそ ▲さとう しょうゆ　清酒　水 ④●ちくわ ■(冷)菜の花 □キャベツ ■にんじん しょうゆ ▲さとう △半すり白いりごま ⑤□パイン(シロップ漬け) ⑥○牛乳 春の献立 行事食 「入学・進級祝い」	①▲基準パン ②△チョコレートスプレッド ③●(冷)ハンバーグ △ナタネサラダ油 □たまねぎ ■にんじん □えのきたけ △ナタネサラダ油 デミグラスソース □トマトケチャップ ウスターソース ▲さとう しょうゆ 水 ④●まぐろ(スープ漬) ○(乾)芽ひじき しょうゆ ■こまつな ■にんじん □切干しだいこん △ごまクリーミードレッシング ⑤▲じゃがいも □ホールコーン 食塩 こしょう ⑥▲(冷)レモンゼリー ⑦○牛乳 地場産物の日 「えのきたけ」「こまつな」	①▲ごはん ②●(冷)さば(切身) 清酒 食塩 △ナタネサラダ油 ③□キャベツ ○塩昆布佃煮 ④●白ちくわ ■かぼちゃ ▲小麦粉 ●(冷)鶏卵(液卵) ○(乾)あおさ 食塩 水 △食用米油 ⑤○ちりめんいりこ ■(冷)ほうれんそう ■にんじん しょうゆ だし昆布 かつお節(だし用) 水 ⑥▲マカロニ(シェル) ●きな粉 ▲さとう 食塩 ⑦○牛乳 食育の日 (わ食の日)	①▲ごはん ②●若鶏胸肉　□しょうが 清酒　しょうゆ △ごま油　▲でん粉 △食用米油　食酢 みりん　しょうゆ ▲さとう □トマトケチャップ 食塩　こしょう ③■(冷)ブロッコリー 食塩　コンソメ ④●豚もも肉 ●ひよこ豆(水煮) ▲じゃがいも □たまねぎ ■にんじん △ナタネサラダ油 ○粉チーズ □トマトペースト □トマトケチャップ コンソメ ▲さとう　しょうゆ 食塩　こしょう　水 ⑤○ちりめんいりこ ○(冷)茎わかめ □きゅうり　食塩 □切干しだいこん △ゆずドレッシング ⑥□パイン(シロップ漬け) ⑦○牛乳	①▲ごはん ②●(冷)豆腐ハンバーグ △ナタネサラダ油 □だいこん うすくちしょうゆ ▲さとう 食酢 □レモン果汁 だし昆布 かつお節(だし用) 水 ③●(冷)むきえび(L) ○ちりめんいりこ ■(冷)菜の花 □たまねぎ ■にんじん ▲小麦粉 ●(冷)鶏卵(液卵) ●きな粉 うすくちしょうゆ 食塩　水 △食用米油 ④●かに風味かまぼこ ■(冷)ブロッコリー □ホールコーン △マヨネーズ風調味料(ノンエッグ) うすくちしょうゆ △半すり白いりごま ⑤○ひじき佃煮 ⑥○牛乳
栄養量	851　3.5	767　2.2	791　2.1	753　2.8	702　3.1	742　3.0	774　2.0	805　1.9	771　2.8

実施日	23日(水)	24日(木)	25日(金)	28日(月)	30日(水)
献立名	①ごはん ②さわらのかば焼き ③さつまいもの甘煮 ④ひじきサラダ ⑤キャベツのソテー ⑥みかん(シロップ漬け) ⑦牛乳	①パン ②りんごジャム ③オムレツトマトチーズソースかけ ④マカロニサラダ ⑤チンゲン菜のソテー ⑥スパイシーレバー ⑦牛乳	①赤じそごはん ②ヒレカツ ③にんじんの卵とじ ④ツナビーンズサラダ ⑤かしわもち ⑥牛乳	①麦ごはん ②白身魚のガーリック揚げ ③グリーンポテト ④せんちゃん焼きそば ⑤ほうれん草の中華サラダ ⑥ひじき佃煮 ⑦牛乳	①ごはん ②さばの竜田揚げ ③赤じそあえ ④肉じゃが ⑤卵とチンゲン菜の炒め物 ⑥パイン(シロップ漬け) ⑦牛乳
食材料名	①▲ごはん ②●(冷)さわら(切身) ▲でん粉 △食用米油 ▲さとう しょうゆ みりん　水 ③▲さつまいも ▲さとう 食塩　水 ④●かに風味かまぼこ ○(乾)芽ひじき しょうゆ □きゅうり 食塩 □ホールコーン △ごまクリーミードレッシング ⑤●まぐろ(油漬) □キャベツ ■ピーマン ■にんじん △ナタネサラダ油 食塩 こしょう ⑥□みかん(シロップ漬け) ⑦○牛乳 今月のテーマ 「６つの食品群について知ろう」	①▲基準パン ②▲りんごジャム ③●(冷)プレーンオムレツ □たまねぎ　□えのきたけ △ナタネサラダ油 □おろしにんにく ○粉チーズ □トマトペースト □トマトケチャップ ウスターソース コンソメ ▲さとう　食塩 こしょう　水 ④●まぐろ(スープ漬) ▲マカロニ(エルボ)　食塩 □きゅうり　食塩 □たまねぎ　■にんじん △マヨネーズ風調味料(ノンエッグ) □トマトケチャップ こしょう ⑤●ちくわ　■チンゲンサイ □ホールコーン △ナタネサラダ油 食塩　こしょう ⑥●(冷)豚レバー ▲でん粉　カレー粉 □ガーリックパウダー チリパウダー △食用米油 ⑦○牛乳	①▲ごはん ■(乾)赤じそ粉 ②●(冷)ヒレカツ △食用米油 とんかつソース ③●(冷)鶏卵(液卵) ○脱脂粉乳 ■にんじん □えのきたけ うすくちしょうゆ ▲さとう みりん 食塩 だし昆布 かつお節(だし用) 水 ④●まぐろ(スープ漬) ●ひよこ豆(水煮) ▲じゃがいも □きゅうり 食塩 △マヨネーズ風調味料(ノンエッグ) こしょう ⑤▲かしわもち ⑥○牛乳 行事食 「こどもの日」	①▲麦ごはん ②●(冷)ホキ(切身) しょうゆ　清酒 □おろしにんにく ▲でん粉 □ガーリックパウダー　食塩 △食用米油 ③▲じゃがいも □(乾)パセリ 食塩　こしょう ④▲中華めん(ゆで) ●豚もも肉　■にんじん □緑豆もやし(太もやし) □切干しだいこん ■葉ねぎ △ごま油　お好みソース ウスターソース ○煮干粉　食塩　こしょう ⑤●かに風味かまぼこ ■(冷)ほうれんそう □キャベツ　食塩 □ホールコーン 食酢　しょうゆ ▲さとう △ごま油　食塩 ⑥○ひじき佃煮 ⑦○牛乳 地場産物の日 「ねぎ」「キャベツ」	①▲ごはん ②●(冷)さば(切身) □しょうが しょうゆ　清酒 ▲でん粉 △食用米油 ③□緑豆もやし(太もやし) ■(乾)赤じそ粉　食塩 ④●豚もも肉 ▲じゃがいも □たまねぎ ■にんじん □切干しだいこん △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう みりん　だし昆布 かつお節(だし用)　水 ⑤●(冷)鶏卵(液卵) ○脱脂粉乳　食塩 △ナタネサラダ油 ■チンゲンサイ △ナタネサラダ油 しょうゆ 食塩　こしょう ⑥□パイン(シロップ漬け) ⑦○牛乳 地場産物の日 「もやし」「チンゲンサイ」
栄養量	806　2.1	763　3.4	826　1.9	740　2.7	813　2.1

学校給食・食育の情報について

学校給食に関する情報や各学校の食育の取組などを、広島市のホームページやFacebook等で随時発信しています。家庭配付献立表の欄外にURL及びQRコードを載せていますので、ぜひ一度ご覧ください。また、広島市の公式LINEには、毎日の献立をお知らせする通知機能がありますのでご活用下さい。

Facebook「広島市学校給食･食育」

・特色ある献立、人気の献立
・地場産物の活用促進の取組
・学校のユニークな食育の取組
・食育授業の様子
などを紹介しています。

広島市ホームページ

給食の献立表や物資情報（原材料、アレルギー情報、製造業者等）などを公開しています。

※広島市ホームページ＞広島市教育委員会＞学校教育の推進＞学校給食・食育

広島市公式LINE

「市の公式LINE」を友達追加し、メニュー＞こそだて＞学校給食を選択すると、献立が確認できます。
また、通知設定を登録すると、希望した時間に、指定した学校の献立・アレルギー情報が通知されます。

※今月の主な地場産物（予定）

※赤（●：たんぱく質　○：無機質　おもに体をつくるもとになる）
※黄（▲：炭水化物　△：脂質　おもにエネルギーのもとになる）
※緑（■：カロテン　□：ビタミンC　おもに体の調子を整えるもとになる）
※栄養量欄の左はエネルギー（kcal）、右は食塩相当量（g）

Facebook「広島市学校給食・食育」
http://fb.com/364882206996015

広島市ホームページ「学校給食の献立」
http://www.city.hiroshima.lg.jp/site/education/17049.html

広島市公式
LINEアカウント