

C中 令和7年5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	1日(木)	2日(金)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)
献立名	①バターパン ②ポークビーンズ ③フレンチサラダ ④牛乳	①ごはん ②高野豆腐の五目煮 ③野菜炒め ④バナナ ⑤牛乳	①ごはん ②揚げ豆腐の中華あんかけ ③マッシュドポテト ④牛乳	①黒糖パン ②さげのから揚げ ③マッシュドポテト ④白いんげん豆のクリームスープ ⑤牛乳	①広島カレー(ポーク)(ごはん) ②グリーンアスパラガスのソテー ③牛乳	①ごはん ②赤魚の竜田揚げ ③ひじきの炒め煮 ④すまし汁 ⑤牛乳	①ごはん ②じゃがいものそばろ煮 ③和風サラダ ④チーズ ⑤牛乳	①ごはん ②のり佃煮 ③かき揚げ ④ぎつまつ汁 ⑤牛乳	①ごはん ②いちごジャム ③牛肉と野菜のスープ煮 ④大豆サラダ ⑤牛乳	①ピビンパ(ごはん) ②わかめスープ ③ぶどうゼリー ④牛乳
食材料名	①▲バターパン ②●豚肩肉 ●白いんげん豆(水煮) ▲じゃがいも □たまねぎ ■にんじん △ナタネサラダ油 □おろしにんにく コンソメ □トマトケチャップ ウスターソース ▲さとう 食塩 こしょう 水 ③●まぐろ(油漬) □キャベツ 食塩 □きゅうり 食塩 食酢 △ナタネサラダ油 ▲さとう 食塩 こしょう 洋がらし ④○牛乳	①▲ごはん ②●若鶏もも肉 ●うずら卵 ●凍り豆腐(ダイス) 板こんにやく ■にんじん □たけのこ(水煮) □(乾)しいたけ △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう みりん 食塩 水 ③●豚肩肉 □キャベツ □緑豆もやし(太もやし) ■にんじん ■こまつな △ナタネサラダ油 しょうゆ 食塩 こしょう ④□バナナ ⑤○牛乳 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content;"> 今月のテーマ 「地場産物について知ろう」 </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content; margin-top: 5px;"> 地場産物の日 「もやし」「こまつな」 </div>	①▲ごはん ②●絞豆腐 ▲食用米油 ●若鶏もも肉 □たまねぎ ■にんじん ■チンゲンサイ □(乾)しいたけ △ナタネサラダ油 コンソメ △ナタネサラダ油 しょうゆ □しょうが 中華スープの素 □トマトケチャップ しょうゆ ▲さとう 清酒 ③▲(乾)ワンタン皮 ●豚もも肉 □たまねぎ ■にんじん ■こまつな △ナタネサラダ油 しょうゆ 食塩 こしょう ④○牛乳	①▲黒糖パン ②●(冷)さげ(角切) 食塩 こしょう ▲コーンスターチ △食用米油 ③▲じゃがいも △ナタネサラダ油 コンソメ 食塩 こしょう ④●若鶏胸肉 ●白いんげん豆(水煮) □たまねぎ ■にんじん ■こまつな △ナタネサラダ油 クリームポタージュの素 ○牛乳 ○脱脂粉乳 コンソメ 食塩 こしょう 水 ⑤○牛乳	①▲ごはん ●豚肩肉 赤ワイン ▲じゃがいも □たまねぎ ■にんじん △ナタネサラダ油 ▲小麦粉 △ナタネサラダ油 カレー粉 コンソメ □トマトケチャップ お好みソース □プルーンピューレ オイスターソース ウスターソース しょうゆ 食塩 こしょう ガラムマサラ 水 ②●鶏もも肉 □キャベツ ○アスパラガス □(冷)ホールコーン △ナタネサラダ油 食塩 水 ③○牛乳 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content;"> 今月のテーマ 「地場産物について知ろう」 </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content; margin-top: 5px;"> 地場産物の日 「たまねぎ」「アスパラガス」 </div>	①▲ごはん ②●(冷)赤魚(角切) □しょうが しょうゆ 清酒 ▲コーンスターチ △食用米油 ③●若鶏もも肉 ○(乾)芽ひじき ■にんじん △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう みりん 水 ④●木綿豆腐 油揚げ □たまねぎ ■にんじん ■えのじたけ ■葉ねぎ かつお節(だし用) だし昆布 しょうゆ 清酒 食塩 水 ⑤○牛乳	①▲玄米ごはん ②●牛肩肉 ●ぎつまつ揚げ ▲じゃがいも 糸こんにやく □たまねぎ ■にんじん △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう 清酒 ▲コーンスターチ 水 ③●まぐろ(油漬) ○(冷)茎わかめ □だいこん 食塩 □きゅうり 食塩 ■にんじん △ナタネサラダ油 食酢 しょうゆ ▲さとう 食塩 こしょう △半すり白いりごま ④○角チーズ[Ca・鉄] ⑤○牛乳	①▲ごはん ②●若鶏胸肉 ●木綿豆腐 ▲さつまいも 板こんにやく □だいこん ■にんじん ■葉ねぎ 煮干し(だし用) ●中みそ ●白みそ 水 ⑤○牛乳	①▲基準パン ②▲いちごジャム ③●牛肩肉 ▲じゃがいも □たまねぎ ■にんじん □(冷)ホールコーン ■こまつな △ナタネサラダ油 コンソメ 食塩 こしょう 水 ④●ロースハム ●大豆(蒸し) □キャベツ 食塩 ■にんじん △マヨネーズ風味料(ノンエッグ) 中華スープの素 しょうゆ 清酒 食塩 こしょう 洋がらし ⑤○牛乳 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content;"> 今月のテーマ 「地場産物について知ろう」 </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content; margin-top: 5px;"> 地場産物の日 「鶏卵」「もやし」「ねぎ」 </div>	①▲ごはん ●牛もも肉 ●鶏卵 △ナタネサラダ油 □緑豆もやし(太もやし) □白菜キムチ ■にんじん □ぜんまい(水煮) ■(冷)ほうれんそう △ごま油 □しょうが おろしにんにく しょうゆ ▲さとう 食酢 コチュジャン △白いりごま ②●豚もも肉 ○(乾)わかめ □だいこん □たまねぎ ■にんじん ■葉ねぎ 中華スープの素 しょうゆ 清酒 食塩 こしょう 水 ③▲ぶどうゼリー ④○牛乳 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content;"> 今月のテーマ 「地場産物について知ろう」 </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content; margin-top: 5px;"> 地場産物の日 「鶏卵」「もやし」「ねぎ」 </div>
栄養量	774 3.1	776 2.1	776 2.0	809 2.9	757 2.1	723 2.1	746 2.3	777 2.0	762 3.0	775 2.9
実施日	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)
献立名	①ごはん ②ホキの磯辺揚げ ③五目豆 ④ひろしまっこ汁 ⑤牛乳	①他人丼(ごはん) ②かわりきんぴら ③冷凍みかん ④牛乳	①ごはん ②麻婆豆腐 ③大根の中華サラダ ④牛乳	①小型パン ②せんちゃん焼きそば ③レバーのカレー風味揚げ ④オレンジ ⑤牛乳	①ごはん ②うま煮 ③酢の物 ④納豆 ⑤牛乳	①ハヤシライス(ごはん) ②鉄ちゃんサラダ ③牛乳	①ごはん ②さばの煮つけ ③切干大根の炒め煮 ④豚汁 ⑤牛乳	①ごはん ②肉豆腐 ③おかかあえ ④牛乳	①パン ②クリームシチュー ③三色ソテー ④牛乳	①減量ごはん ②大豆うどん ③ししゃものから揚げ ④きゅうりの塩もみ ⑤牛乳
食材料名	①▲ごはん ②●(冷)ホキ(切身) ●小麦粉 ○(乾)あおき 食塩 水 △食用米油 ③●若鶏もも肉 ●大豆(水煮) 板こんにやく 角切昆布 ■にんじん □ごぼう △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう みりん 水 ④▲じゃがいも □たまねぎ □キャベツ ■にんじん ■葉ねぎ ○ちりめんいりこ ●中みそ ●白みそ 水 ⑤○牛乳 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content;"> 食育の日 (わ食の日) </div>	①▲ごはん ●牛肩肉 ●鶏卵 □たまねぎ ■にんじん ■葉ねぎ だし昆布 かつお節(だし用) しょうゆ 清酒 ▲さとう 食塩 水 ②●豚肩肉 ▲じゃがいも つきこんにやく □ごぼう ■にんじん △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう みりん ③□(冷)みかん ④○牛乳 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content;"> 今月のテーマ 「地場産物について知ろう」 </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content; margin-top: 5px;"> 地場産物の日 「鶏卵」「たまねぎ」「ねぎ」 </div>	①▲ごはん ②●豚肩肉 ●木綿豆腐 ▲緑豆はるさめ □たまねぎ ■にんじん ■ら △ごま油 □しょうが おろしにんにく 豆板醤 ●赤みそ しょうゆ ▲さとう ▲コーンスターチ 水 ③●(冷)かまぼこ □ごぼう ■にんじん □だいこん 食塩 □きゅうり ■にんじん 食酢 しょうゆ ▲さとう 食塩 △ごま油 ④○牛乳 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content;"> 教科関連献立 1年生国語科 「ダイコンは大きな根？」 </div>	①▲基準パン ②▲中華めん(ゆで) ●豚肩肉 □キャベツ □たまねぎ ■にんじん □ブラックマッペもやし ■にんじん ■切干しだいこん ■葉ねぎ △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう みりん 水 ③●(冷)腔レバー ○(冷)茎わかめ □キャベツ 食塩 □きゅうり 食塩 ■にんじん ▲さとう しょうゆ ④●納豆 ⑤○牛乳	①▲ごはん ②●若鶏もも肉 ●うずら卵 ●(冷)生揚げ ▲じゃがいも 板こんにやく □だいこん ■にんじん △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう みりん 水 ③●かまぼこ ○(冷)茎わかめ □キャベツ 食塩 □きゅうり 食塩 ■にんじん ▲さとう しょうゆ ④●納豆 ⑤○牛乳	①▲ごはん ●牛もも肉 赤ワイン □たまねぎ ■にんじん □セロリ △ナタネサラダ油 おろしにんにく ハヤシルウ □トマトケチャップ ウスターソース ▲さとう 食塩 こしょう 水 ②●鶏卵 △ナタネサラダ油 ●大豆(蒸し) ■じゃがいも □切干しだいこん しょうゆ ■にんじん ■葉ねぎ 煮干し(だし用) ●中みそ ●白みそ 水 ③○牛乳	①▲ごはん ②●(冷)さば素焼き □しょうが しょうゆ 清酒 ▲さとう 水 ③●ぎつまつ揚げ □切干しだいこん ■にんじん △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう 清酒 水 ④●キャベツ 食塩 こしょう ▲さとう だし汁(煮干し) ●豚もも肉 ●木綿豆腐 ▲じゃがいも 板こんにやく □だいこん ■にんじん ■葉ねぎ 煮干し(だし用) ●中みそ ●白みそ 水 ⑤○牛乳	①▲ごはん ②●牛肩肉 ●絞豆腐 糸こんにやく □たまねぎ ■にんじん ■葉ねぎ △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう 清酒 水 ③□キャベツ 食塩 こしょう ■(冷)ほうれんそう ■にんじん □(冷)ホールコーン △ナタネサラダ油 食塩 こしょう ④○牛乳	①▲基準パン ②●若鶏もも肉 白ワイン ▲じゃがいも □たまねぎ ■にんじん △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう 清酒 水 ③○牛乳 ○脱脂粉乳 コンソメ 食塩 こしょう 水 ④●ロースハム ■(冷)ほうれんそう □(冷)ホールコーン △ナタネサラダ油 食塩 こしょう ④○牛乳 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content;"> 郷土(広島県)に 伝わる料理 </div>	
栄養量	722 2.5	744 2.3	735 2.5	733 3.4	788 2.2	750 2.7	765 2.5	732 1.9	742 3.1	726 2.5

※今月の主な
 地場産物(予定)
 米
 牛乳
 鶏卵
 もやし
 ねぎ
 たまねぎ
 アスパラガス
 こまつな

※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」
<https://www.city.hiroshima.lg.jp/education/kyouiku-suishin/1026031/1009060.html>



広島市公式
 LINEアカウント

