D小　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ごはん ②にくどうふ ③やさいいため ④ぎゅうにゅう	①小型パン ②ソースやきスパ ③ぶたレバーの カレーふうみあげ ④ミニトマト ⑤ぎゅうにゅう	①ハヤシライス （ごはん） ②グリーンアスパラガスの ソテー ③ぎゅうにゅう	①ごはん ②あかうおのたつたあげ ③ひじきのいために ④ぶたじる ⑤ぎゅうにゅう	①パン ②チョコレートスプレッド ③クリームシチュー ④ツナサラダ ⑤ぎゅうにゅう	①ごはん ②じゃがいものそぼろに ③カルちゃんわふうサラダ ④ぎゅうにゅう	①ごはん ②とりにくのあまからあげ ③おんやさい ④ワンタンスープ ⑤ぎゅうにゅう	①こくとうパン ②さけのからあげ ③こふきいも ④しろいんげんまめの クリームスープ ⑤ぎゅうにゅう	①みんなのカレー （カレーふうみごはん） ②レモンあえ ③プチあげパン ④ぎゅうにゅう	①ごはん ②マーボーどうふ ③だいこんのちゅうかサラダ ④ぎゅうにゅう
食材料名	①▲ごはん ②●牛もも肉 ●木綿豆腐 糸こんにゃく □たまねぎ ■にんじん □(冷)ごぼう ■葉ねぎ △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう 清酒 水 ③●若鶏胸肉 □キャベツ ■こまつな ■にんじん △ナタネサラダ油 食塩 こしょう ④○牛乳	①▲基準パン ②▲スパゲッティ 食塩 △ナタネサラダ油 ●豚もも肉 □キャベツ □たまねぎ □緑豆もやし(太もやし) ■にんじん ■葉ねぎ △ナタネサラダ油 お好みソース ウスターソース 食塩 こしょう 水 ③●(冷)豚レバー カレー粉 ▲でん粉 ▲コーンスターチ △食用米油 ④■ミニトマト ⑤○牛乳	①▲ごはん ●牛もも肉 □たまねぎ ■にんじん □ぶなしめじ △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 ▲さとう 食塩 こしょう 水 ②●若鶏胸肉 ■アスパラガス □キャベツ □ホールコーン △ナタネサラダ油 食塩 こしょう ③○牛乳 今月のテーマ 「地場産物について知ろう」 地場産物の日 「ぶなしめじ」 「グリーンアスパラガス」	①▲ごはん ②●(冷)赤魚(角切) しょうゆ 清酒 □粉しょうが ▲でん粉 ▲コーンスターチ △食用米油 ③●さつま揚げ つきこんにゃく ○(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●豚もも肉 ●木綿豆腐 ▲じゃがいも ■にんじん □ごぼう ■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△チョコレートスプレッド ③●若鶏もも肉 ▲じゃがいも □たまねぎ ■にんじん □ぶなしめじ △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 ④●まぐろ(スープ漬) □キャベツ □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 ⑤○牛乳	①▲ごはん ②●豚もも肉 ●さつま揚げ ▲じゃがいも 糸こんにゃく □たまねぎ ■にんじん △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう みりん 水 ③●ロースハム ○ちりめんいりこ ○(乾)芽ひじき しょうゆ ■こまつな ■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 ④○牛乳	①▲ごはん ②●若鶏もも肉 ▲でん粉 ▲コーンスターチ △食用米油 しょうゆ ▲さとう コチュジャン □しょうが □おろしにんにく　水 ③□キャベツ 食塩 ④●豚もも肉 ▲(乾)ワンタン皮 □たまねぎ □緑豆もやし(太もやし) ■にんじん ■チンゲンサイ 中華スープの素 しょうゆ 清酒 食塩　こしょう △ごま油　水 ⑤○牛乳 今月のテーマ 「地場産物について知ろう」 地場産物の日 「たまねぎ」「チンゲン菜」	①▲黒糖パン ②●(冷)さけ(角切) 食塩 こしょう ▲でん粉 ▲コーンスターチ △食用米油 ③▲じゃがいも 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 教科関連献立 5年生理科	①▲米 カレー粉 △ナタネサラダ油 水 ●豚もも肉 しょうゆ 板こんにゃく □たまねぎ ■にんじん △ナタネサラダ油 □おろしにんにく カレールウ(アレルゲン不使用) □トマトケチャップ しょうゆ カレー粉 ガラムマサラ 水 ②□キャベツ □きゅうり 食塩 □レモン果汁 ▲さとう 食塩 ③▲ミニパン △食用米油 ▲グラニュー糖 ④○牛乳	①▲ごはん ②●豚もも肉 ●木綿豆腐 □たまねぎ ■にんじん ■にら △ナタネサラダ油 □おろしにんにく □しょうが 豆板醤 ●赤みそ しょうゆ ▲さとう ▲でん粉 水 ③●まぐろ(スープ漬) □だいこん 食塩 □きゅうり 食塩 ■にんじん 食酢 しょうゆ ▲さとう 食塩 △ごま油 ④○牛乳
栄養量	604　1.4	630　2.3	586　1.9	625　2.0	618　2.0	575　1.5	652　1.8	679　2.4	596　2.1	573　1.7

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さばのしおやき ③キャベツのあかじそあえ ④ひろしまっこじる ⑤ぎゅうにゅう	①ごはん ②うまに ③ごしきあえ ④ぎゅうにゅう	①バターパン ②ぶたにくのガーリックやき ③コーンソテー ④たまごスープ ⑤ぎゅうにゅう	①ビビンバ （ごはん） ②わかめスープ ③ぎゅうにゅう	①ごはん ②ホキのいそべあげ ③きりぼしだいこんの いために ④らくらくスペシャルじる ⑤ぎゅうにゅう	①げんまいごはん ②ようふうにくじゃが ③ごまあえ ④チーズ ⑤ぎゅうにゅう	①げんりょうごはん ②だいずうどん ③ししゃものからあげ ④しょうゆレモンあえ ⑤ぎゅうにゅう	①パン ②いちごジャム ③とりにくとやさいの スープに ④だいずサラダ ⑤ぎゅうにゅう	①たにんどんぶり （ごはん） ②かわりきんぴら ③ぎゅううにゅう	①ごはん ②こうやどうふのごもくに ③すのもの ④ぎゅうにゅう
食材料名	①▲ごはん ②●(冷)さば素焼き 清酒 食塩 △ナタネサラダ油 ③□キャベツ 食塩 ■(乾)赤じそ粉 ④●木綿豆腐 ●油揚げ ▲じゃがいも □たまねぎ ■にんじん ■葉ねぎ ○ちりめんいりこ ●中みそ ●白みそ 水 ⑤○牛乳 食育の日 （わ食の日）	①▲ごはん ②●若鶏もも肉 ●(冷)生揚げ ●うずら卵 ▲じゃがいも ■にんじん 板こんにゃく □たけのこ(水煮) △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう みりん 水 ③○ちりめんいりこ □きゅうり 食塩 ■にんじん □ホールコーン ○塩昆布佃煮 食酢 ▲さとう しょうゆ 食塩 ④○牛乳	①▲バターパン ②●豚もも肉 食塩 こしょう □ガーリックパウダー 清酒 △ナタネサラダ油 ③□(冷)ホールコーン ■(冷)赤ピーマン △ナタネサラダ油 食塩 こしょう ④●若鶏もも肉 ●鶏卵(液卵) □たまねぎ ■にんじん ■チンゲンサイ コンソメ 食塩 こしょう 水 ⑤○牛乳	①▲ごはん ●牛肩肉 ●鶏卵(液卵) △ナタネサラダ油 □緑豆もやし(太もやし) ■にんじん ■ほうれんそう □白菜キムチ △ナタネサラダ油 □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 □たまねぎ　□だいこん ■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 △ごま油　水 ③○牛乳 今月のテーマ 「地場産物について知ろう」 地場産物の日 「もやし」「ねぎ」	①▲ごはん ②●(冷)ホキ(切身) ▲小麦粉 ○(乾)あおさ 食塩 水 △食用米油 ③●さつま揚げ □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●豚もも肉 ▲じゃがいも ■にんじん ○(乾)わかめ ■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 学校スペシャル汁	①▲玄米ごはん ②●牛もも肉 ▲じゃがいも 糸こんにゃく □たまねぎ ■にんじん ■カットトマト △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう コンソメ こしょう 水 ③●ちくわ ■こまつな □キャベツ ■にんじん しょうゆ ▲さとう △半すり白いりごま ④○角チーズ[Ca・鉄] ⑤○牛乳 今月のテーマ 「地場産物について知ろう」 地場産物の日 「こまつな」「キャベツ」	①▲ごはん ②▲うどん(ゆで) ●若鶏もも肉 ●大豆(蒸し) ●油揚げ □たまねぎ ■にんじん ■葉ねぎ 煮干し(だし用) しょうゆ 清酒 食塩 水 ③○(冷)子持ちししゃも ▲でん粉 ▲コーンスターチ △食用米油 ④□キャベツ 食塩 ■にんじん □レモン果汁 食酢 ▲さとう しょうゆ 食塩 ⑤○牛乳 郷土(広島県)に 伝わる料理	①▲基準パン ②▲いちごジャム ③●若鶏胸肉 ▲じゃがいも □たまねぎ □キャベツ ■にんじん コンソメ 食塩 こしょう 水 ④●ロースハム ●大豆(蒸し) □きゅうり 食塩 ■にんじん △マヨネーズ風調味料(ノンエッグ) 食酢 食塩 こしょう 洋がらし ⑤○牛乳	①▲ごはん ●牛もも肉 ●鶏卵(液卵) □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 ▲さとう 清酒 食塩 水 ②●豚もも肉 ●さつま揚げ ▲じゃがいも □(冷)ごぼう ■にんじん △ごま油 しょうゆ ▲さとう みりん ③○牛乳	①▲ごはん ②●若鶏胸肉 ●うずら卵 ●凍り豆腐(ダイス) 板こんにゃく ▲じゃがいも ■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●かまぼこ □キャベツ □きゅうり 食塩 ■にんじん 食酢 ▲さとう しょうゆ 食塩 ④○牛乳
栄養量	605　1.7	600　1.4	593　2.6	563　1.8	577　1.7	598　2.0	580　1.8	581　2.4	573　2.1	579　1.6

※こんげつのおもな じばさんぶつ（よてい）

※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