

D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ごはん ②肉豆腐 ③野菜炒め ④牛乳		①小型パン ②ソースやきスバ ③豚レバーのカレー風味揚げ ④ミニトマト ⑤牛乳		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牛乳		①ごはん ②赤魚の竜田揚げ ③ひじきの炒め煮 ④豚汁 ⑤牛乳		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牛乳		①ごはん ②じゃがいものそぼろ煮 ③カルちゃん和風サラダ ④小魚アーモンド ⑤牛乳		①ごはん ②鶏肉の甘辛揚げ ③温野菜 ④ワンドンスープ ⑤牛乳		①黒糖パン ②さげのから揚げ ③粉ふきいも ④白いんげん豆のクリームスープ ⑤牛乳		①みんなのカレー (カレー風味ごはん) ②レモンあえ ③プチ揚げパン ④牛乳		①ごはん ②麻婆豆腐 ③だいごんの中華サラダ ④チーズ ⑤牛乳			
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 ■にんじん ■こまつな △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		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 ■ほうれんそう □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 糸こんにゃく □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○小魚アーモンド ⑤○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 ▲さとう ③○キャベツ 食塩 ④●豚もも肉 (乾)ワンドン皮 □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 水 ⑤○牛乳		①▲黒糖パン ②●(冷)さげ(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		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 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) しょうゆ カレー粉 ガラマサラ 水 ②□キャベツ □きゅうり 食塩 ■にんじん 食酢 しょうゆ ▲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) しょうゆ カレー粉 ガラマサラ 水 ②□キャベツ □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○角チーズ[Ca・鉄] ⑤○牛乳		教科関連献立 1年生国語科	
	栄養量	733	1.8	781	3.0	743	2.5	756	2.5	771	2.6	733	2.1	792	2.2	848	3.1	751	2.8	736	2.6	
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さばの塩焼き ③キャベツの赤じそあえ ④ひろしまっこ汁 ⑤牛乳		①ごはん ②うま煮 ③五色あえ ④牛乳		①バターパン ②豚肉のガーリック焼き ③コーンソテー ④卵スープ ⑤牛乳		①ビビンバ (ごはん) ②わかめスープ ③ブルーベリーゼリー ④牛乳		①ごはん ②のり佃煮 ③ホキの磯辺揚げ ④切干し大根の炒め煮 ⑤らくらくスペシャル汁 ⑥牛乳		①玄米ごはん ②洋風肉じゃが ③ごまあえ ④チーズ ⑤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しょうゆレモンあえ ⑤牛乳		①パン ②いちごジャム ③鶏肉と野菜のスープ煮 ④大豆サラダ ⑤牛乳		①他人丼 (ごはん) ②かわりきんぴら ③牛乳		①ごはん ②高野豆腐の五目煮 ③群の物 ④牛乳			
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		①▲ごはん ②●若鶏もも肉 ●(冷)生揚げ ●うずら卵 ▲じゃがいも 板こんにゃく ■にんじん ■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▲ブルーベリーゼリー ④○牛乳		①▲ごはん ②○のり佃煮 ③●(冷)ホキ(切身) ▲小麦粉 ○(乾)あおさ 食塩 水 △食用米油 ④●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 ⑤●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 ⑥○牛乳		①▲玄米ごはん ②●牛もも肉 ●若鶏もも肉 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		①▲ごはん ②▲うどん(ゆで) ②●若鶏もも肉 ●大豆(蒸し) ●油揚げ □たまねぎ □キャベツ ■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○(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		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 ■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 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 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 みりん 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		食育の日 (わ食の日)	
	栄養量	750	2.1	734	1.8	756	3.3	760	2.3	727	2.4	726	2.4	719	2.3	730	3.0	725	2.6	724	2.1	

※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



※今月の主な
地場産物(予定)

米

牛乳

ぶなしめじ

アグリ
スリ
ラン
ガス

たまねぎ

チンゲン菜

もやし

ねぎ

こまつな

キャベツ