

D中 令和7年7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(火)		2 日(水)		3 日(木)		4 日(金)		7 日(月)		8 日(火)		9 日(水)		
献立名	①他人丼 ②ししゃものから揚げ ③赤じそあえ ④牛乳		①パン ②チョコレートスプレッド ③タンドリーチキン ④レモンあえ ⑤クリームスープ ⑥牛乳		①減量ごはん ②沖縄そば ③豆腐チャンプルー ④アイスクリーム ⑤牛乳		①ごはん ②肉豆腐 ③はりはり漬け ④牛乳		①ごはん ②赤魚のから揚げ ③ひじきの炒め煮 ④そうめん汁 ⑤牛乳		①ごはん ②豚じゃが ③和風サラダ ④牛乳		①黒糖パン ②さけのマヨ焼き ③コーンソテー ④野菜スープ ⑤牛乳		
食材料名	①▲ごはん ●牛もも肉 ●殺菌(液卵) □たまねぎ ■にんじん ■葉ねぎ しょうゆ ▲さとう 清酒 食塩 水 ②○(冷)子持ちししゃも ▲でん粉 ▲コーンスターチ △食用米油 ③□キャベツ 食塩 ■(乾)赤じそ粉 ④○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 しょうゆ みりん 食塩 カレー粉 □おろしにんにく 水 △ナタネサラダ油 ④□キャベツ □レモン果汁 ▲さとう 食塩 ⑤●豚もも肉 ■にんじん □たまねぎ □(冷)ホールコーン △ナタネサラダ油 ○牛乳 ○脱脂粉乳 クリームポタージュの素 コンソメ 食塩 こしょう 水 ⑥○牛乳		①▲ごはん ②▲中華めん(ゆで) △ナタネサラダ油 ●豚もも肉 ●かまぼこ □たまねぎ ■にんじん ■葉ねぎ かつお節(だし用) 中華スープの素 しょうゆ 清酒 食塩 水 ③●殺菌(液卵) △ナタネサラダ油 ●木綿豆腐 □キャベツ ■にんじん △ナタネサラダ油 しょうゆ 食塩 こしょう ●かつお節(和え物用) ④○アイスクリーム ⑤○牛乳		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 □まいたけ ■葉ねぎ △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう 清酒 水 ③●ちくわ □切干しだいこん □きゅうり 食塩 ■にんじん 食酢 ▲さとう しょうゆ 食塩 ④○牛乳		①▲ごはん ②●(冷)赤魚(角切) 食塩 こしょう ▲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▲手延そうめん ●ちくわ □たまねぎ ■にんじん ■葉ねぎ かつお節(だし用) だし昆布 しょうゆ 食塩 みりん 水 ⑤○牛乳		①▲ごはん ②●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 □しょうが しょうゆ ▲さとう 水 ③●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 しょうゆ ▲さとう 食塩 こしょう △半すり白いりごま ④○牛乳		①▲黒糖パン ②●(冷)さけ(角切) △マヨネーズ風調味料(ノンエッグ) 食塩 △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●若鶏胸肉 ▲じゃがいも □たまねぎ ■にんじん ■こまつな コンソメ 食塩 こしょう 水 ⑤○牛乳		
	行事食「七夕」		地場産物の日 「じゃがいも」「こまつな」												
栄養量	781	2.5	811	3.1	731	1.8	721	2.1	723	2.2	700	1.7	696	2.9	
実施日	10 日(木)		11 日(金)		14 日(月)		15 日(火)		16 日(水)		17 日(木)		18 日(金)		
献立名	①たこめし ②みんなニコニコ五日市東っ子汁 ③レモンゼリー ④牛乳		①ごはん ②麻婆豆腐 ③チンゲン菜の中華炒め ④チーズ ⑤牛乳		①夏野菜カレーライス ②フルーツポンチ ③牛乳		①ごはん ②うま煮 ③豚レバーのから揚げ ④温野菜 ⑤牛乳		①バターパン ②チキンピーンズ ③卵と野菜のソテー ④牛乳		①ごはん ②豚キムチ炒め ③サンズータン ④チーズ ⑤牛乳		①ごはん ②のり佃煮 ③ホキの天ぷら ④きんぴら ⑤ひろしまっこ汁 ⑥牛乳		
食材料名	①▲米 しょうゆ 清酒 水 ●(冷)たこ 清酒 ●かまぼこ ●油揚げ □ごぼう ■にんじん しょうゆ ▲さとう 水 ②●豚もも肉 ▲さつまいも ○(乾)わかめ □たまねぎ □なす かつお節(だし用) だし昆布 ●中みそ ●白みそ 水 ③▲レモンゼリー 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 △ごま油 □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●若鶏胸肉 ■チンゲンサイ □緑豆もやし(太もやし) □キャベツ ■にんじん △ナタネサラダ油 中華スープの素 しょうゆ ▲さとう 食塩 ④○角チーズ ⑤○牛乳		①▲ごはん ●若鶏胸肉 ▲じゃがいも □たまねぎ ■かぼちゃ □なす □(冷)えだまめ △ナタネサラダ油 □おろしにんにく カレールウ(アレルギー不使用) □トマトケチャップ コンソメ 食塩 カレー粉 ガラマサラ 水 ②□パイン(シロップ漬け) □みかん(シロップ漬け) ▲(冷)レモンゼリー シロップ ③○牛乳		①▲ごはん ②●若鶏胸肉 ●うずら卵 ●(冷)生揚げ 板こんにゃく ▲じゃがいも ■にんじん △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう みりん 水 ③●(冷)豚レバー ▲でん粉 ▲コーンスターチ △食用米油 ④□キャベツ ⑤○牛乳		①▲バターパン ②●若鶏胸肉 ●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 □トマトケチャップ ウスターソース ▲さとう コンソメ 食塩 こしょう 水 ③●豚もも肉 ●殺菌(液卵) △ナタネサラダ油 ■こまつな □キャベツ ■にんじん △ナタネサラダ油 食塩 こしょう ④○牛乳		①▲ごはん ②●豚もも肉 □白菜キムチ □たまねぎ ■にんじん △ナタネサラダ油 □おろしにんにく しょうゆ 食塩 ③●ベーコン ●殺菌(液卵) □キャベツ ■にんじん ■チンゲンサイ □しょうが 中華スープの素 清酒 食塩 水 ④○角チーズ ⑤○牛乳		①▲ごはん ②○のり佃煮 ③●(冷)ホキ(切身) ▲小麦粉 食塩 水 △食用米油 ④●牛もも肉 ●さつま揚げ □(冷)ごぼう ■にんじん △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう みりん ⑤●木綿豆腐 □たまねぎ ▲じゃがいも □なす ■にんじん ■こまつな ○ちりめんいりこ ●中みそ ●白みそ 水 ⑥○牛乳		
	郷土(広島県)に 伝わる料理		地場産物の日 「もやし」「キャベツ」		地場産物の日 「なす」「レモン」						今月のテーマ 「夏バテ予防の食事 について知ろう」		地場産物の日 「キャベツ」「チンゲンサイ」		食育の日 (わ食の日)
栄養量	721	3.0	734	2.6	768	2.2	844	2.4	747	2.9	730	3.1	752	2.7	

※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



今月の給食費納期限
[第2期] 31日(木)

※今月の主な
地場産物(予定)



牛乳



じゃがいも



小松菜



キャベツ



もやし



なす



レモン



チンゲンサイ