

EG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たこめし ②豚汁 ③レモンゼリー ④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他人丼 ②ししゃものから揚げ ③赤じそあえ ④牛乳	
食材料名	①▲ごはん ●(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 ▲じゃがいも 板こんにやく ■にんじん □緑豆もやし(太もやし) □白ねぎ 煮干し(だし用) ●中みそ ●白みそ 水 ③▲レモンゼリー ④○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 ■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▲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 水 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●牛もも肉 ●木綿豆腐 糸こんにやく □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 水 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 つきこんにやく ○(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●豚もも肉 ●さつま揚げ ▲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 □しょうが しょうゆ ▲さとう 清酒 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▲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 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	
	郷土(広島県)に 伝わる料理								行事食「七夕」					
栄養量	709	2.4	731	1.8	811	3.1	721	2.1	723	2.2	700	1.7	781	2.5
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		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フルーツボンチ 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▲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		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(アレルゲン不使用) □トマトケチャップ コンソメ 食塩 カレー粉 ガラムマサラ 水 ②□パイン(シロップ漬) □みかん(シロップ漬) ▲(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 板こんにやく ▲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▲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▲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○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	
	地場産物の日 「じゃがいも」「こまつな」		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	696	2.9	734	2.6	768	2.2	844	2.4	730	3.1	747	2.9	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)

