

A中 令和7年8・9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	8月26日(火)		8月27日(水)		8月28日(木)		8月29日(金)		9月1日(月)		9月2日(火)		9月3日(水)		9月4日(木)		9月5日(金)		9月8日(月)		9月9日(火)		9月10日(水)							
献立名	①ハヤシライス (ごはん) ②ジャーマンポテト ③牛乳		①ごはん ②麻婆豆腐 ③チンゲン菜の炒め物 ④牛乳		①パン ②いちごジャム ③カレーシチュー ④野菜ソテー ⑤牛乳		①ごはん ②赤魚のから揚げ ③野菜のおかか炒め ④みそ汁 ⑤牛乳		①ふわふわ丼 (ごはん) ②ひじきの炒め煮 ③牛乳		①ごはん ②豆腐と牛肉の四川風炒め ③蒸ししゅうまい ④きゅうりのさっぱり煮 ⑤牛乳		①ごはん ②さばの梅煮 ③切干し大根の炒め煮 ④かきたま汁 ⑤牛乳		①黒糖パン ②鶏肉と野菜のスープ煮 ③スパイシーレバー ④なし ⑤牛乳		①ごはん ②含め煮 ③野菜炒め ④納豆 ⑤牛乳		①ごはん ②鶏肉のピリカラ揚げ ③キャベツのソテー ④わかめスープ ⑤牛乳		①ピーズカレーライス (ごはん) ②フルーツポンチ ③牛乳		①ごはん ②肉じゃが ③卵と野菜の炒め物 ④チーズ ⑤牛乳							
食材料名	①▲ごはん ●牛肩肉 赤ワイン □たまねぎ ■にんじん △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●ベーコン ▲じゃがいも □たまねぎ △ナタネサラダ油 コンソメ 食塩 こしょう ③○牛乳		①▲ごはん ②●豚肩肉 ●木綿豆腐 □たまねぎ ■にんじん ■にら △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 ▲コンスターチ 水 ③●牛肩肉 ■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 しょうゆ 食塩 こしょう ④○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 ■にら △ごま油 □しょうが ○牛乳 ○脱脂粉乳 カレーウ(アレルギー不使用) 食塩 こしょう 水 ④●若鶏もも肉 □キャベツ □(冷)ホールコーン ■にんじん △ナタネサラダ油 食塩 こしょう ⑤○牛乳		①▲ごはん ②●(冷)赤魚(角切) 食塩 こしょう ▲コンスターチ △食用米油 ③○キャベツ ■こまつな ■にんじん △ナタネサラダ油 □しょうが しょうゆ ●かつお節(和え物用) ④●木綿豆腐 ●油揚げ ○(乾)わかめ ○(冷)じゃがいも □たまねぎ ■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 ●豚もも肉 ●鶏卵 ●木綿豆腐 □たまねぎ ■にんじん □(乾)しいたけ ■チンゲンサイ △ごま油 □しょうが □おろしにんにく 豆板醤 しょうゆ 清酒 みりん 食塩 ▲コンスターチ 水 ②●若鶏もも肉 ●さつま揚げ つきごんにやく ○(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 ③○牛乳		①▲ごはん ②●牛もも肉 ●絞り豆腐 □たまねぎ ■にんじん □たけのこ(水煮) ■チンゲンサイ △ごま油 □しょうが □おろしにんにく 水 ③●(冷)ポークしゅうまい 水 ④○きゅうり ■にんじん 食酢 ▲さとう しょうゆ 食塩 ⑤○牛乳		国際理解 「重慶市」		①▲ごはん ②●(冷)さば素焼き □しょうが しょうゆ ▲さとう 清酒 □ねり梅 水 ③●豚肩肉 □切干しだいこん ■にんじん △ナタネサラダ油 しょうゆ 清酒 ▲さとう 水 ④●鶏卵 ●木綿豆腐 □たまねぎ ■にんじん □えのきたけ ■葉ねぎ かつお節(だし用) だし昆布 しょうゆ 清酒 食塩 ▲コンスターチ 水 ⑤○牛乳		今月のテーマ 「鉄の多い食品について知ろう」		①▲ごはん ②●若鶏もも肉 ●うずら卵 ●凍り豆腐(ダイス) ▲じゃがいも 板ごんにやく ■にんじん △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう みりん 食塩 水 ③●(冷)豚レバー □レモン果汁 カレー粉 チリパウダー □ガーリックパウダー □パプリカ ▲コンスターチ △食用米油 ④○なし 食塩 ⑤○牛乳		①▲ごはん ②●若鶏もも肉 ●コンスターチ △食用米油 しょうゆ ▲さとう 水 ③●豚肩肉 □キャベツ □緑豆もやし(太もやし) ■にんじん △ナタネサラダ油 しょうゆ 食塩 こしょう ④●納豆 ⑤○牛乳		①▲ごはん ②●若鶏もも肉 ▲コンスターチ △食用米油 しょうゆ ▲さとう 水 ③○キャベツ △ナタネサラダ油 食塩 こしょう ④●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 △ごま油 水 ⑤○牛乳		①▲ごはん ●豚肩肉 赤ワイン ●大豆(水煮) ●レンズ豆(蒸し) ▲じゃがいも □たまねぎ □たまねぎ ■にんじん △ナタネサラダ油 しょうゆ 清酒 水 ③●若鶏もも肉 ●鶏卵 △ナタネサラダ油 □キャベツ ■こまつな △ナタネサラダ油 しょうゆ 食塩 こしょう ④○角チーズ[Ca・鉄] ⑤○牛乳		①▲ごはん ②●牛肩肉 ●さつま揚げ ▲じゃがいも 糸ごんにやく □たまねぎ ■にんじん △ナタネサラダ油 しょうゆ 清酒 水 ③●若鶏もも肉 ●鶏卵 △ナタネサラダ油 □キャベツ ■こまつな △ナタネサラダ油 しょうゆ 食塩 こしょう ④○角チーズ[Ca・鉄] ⑤○牛乳			
	栄養量	739	2.7	724	2.3	783	3.0	731	2.2	734	2.6	764	2.2	762	2.1	797	3.4	815	2.3	779	2.2	779	1.9	764	2.3					
実施日	9月11日(木)		9月12日(金)		9月16日(火)		9月17日(水)		9月18日(木)		9月19日(金)		9月22日(月)		9月24日(水)		9月25日(木)		9月26日(金)		9月29日(月)		9月30日(火)							
献立名	①パン ②りんごジャム ③さけのレモン揚げ ④粉ふきいも ⑤コンスープ ⑥牛乳		①ごはん ②キムチ豆腐 ③春雨と野菜の炒め物 ④牛乳		①親子丼 (ごはん) ②ひじきとピーマンの炒め煮 ③牛乳		①ごはん ②焼き肉 ③はるさめスープ ④牛乳		①小型バターパン ②ミートスパゲッティ ③フライピーズ ④牛乳		①ごはん ②ホキの南部揚げ ③きんぴら ④ひろしまっこ汁 ⑤牛乳		①減量ごはん ②カレーうどん ③豚肉と野菜の香味炒め ④チーズ ⑤牛乳		①あなごめし (ごはん) ②米麺汁 ③牛乳		①リッチパン ②チキンピーズ ③三色ソテー ④牛乳		①ごはん ②揚げ豆腐の中華あんかけ ③中華スープ ④牛乳		①ごはん ②のり佃煮 ③高野豆腐の五目煮 ④豚肉と野菜のみそ炒め ⑤牛乳		①中華丼 (ごはん) ②ししゃものから揚げ ③もやしの炒め物 ④牛乳							
食材料名	①▲基準パン ②▲りんごジャム ③●(冷)さけ(角切) 白ワイン ▲コンスターチ △食用米油 しょうゆ ▲さとう みりん □レモン果汁 ④▲じゃがいも 食塩 こしょう 水 ⑤●若鶏胸肉 □たまねぎ ■にんじん □(冷)ホールコーン □クリームコーン 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 ⑥○牛乳		①▲ごはん ②●豚肩肉 ●絞り豆腐 糸ごんにやく □たまねぎ □白菜キムチ ■にんじん □ごぼう ■にら △ごま油 □おろしにんにく しょうゆ 清酒 コチュジャン 水 ③●牛肩肉 ▲緑豆はるさめ ▲緑豆もやし(太もやし) ■こまつな ■にんじん △ごま油 しょうゆ ▲さとう みりん 水 食塩 こしょう ④○牛乳		①▲ごはん ●若鶏もも肉 ●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 ○(乾)芽ひじき ●ピーマン ■にんじん △ごま油 しょうゆ ▲さとう みりん 水 ③○牛乳		①▲ごはん ②●豚肩肉 ●牛肩肉 △ナタネサラダ油 □しょうが みりん □おろしにんにく しょうゆ ▲さとう 清酒 □たまねぎ ■にんじん ■ピーマン △ナタネサラダ油 しょうゆ 白いりごま ③●若鶏胸肉 ▲緑豆はるさめ □たまねぎ □ブラックマッペもやし ■にんじん ■葉ねぎ 中華スープの素 しょうゆ 清酒 食塩 △ごま油 水 ④○牛乳		①▲バターパン ②▲スパゲッティ 食塩 △ナタネサラダ油 ●豚肩肉 □たまねぎ ■にんじん △ナタネサラダ油 □おろしにんにく 赤ワイン コンソメ デミグラスソース □トマトケチャップ ウスターソース 食塩 こしょう 水 ③●大豆 ▲コンスターチ △食用米油 ●金時豆(水煮) ▲コンスターチ △食用米油 ▲さとう 食塩 ④○牛乳		①▲ごはん ②●(冷)ホキ(切身) ●小麦粉 △黒いりごま 食塩 水 △食用米油 ③●若鶏もも肉 □ごぼう ■にんじん △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう みりん ④▲さつまいも ○(乾)わかめ □たまねぎ □おろしにんにく しょうゆ 清酒 ▲さとう □たまねぎ ■にんじん ■ピーマン △ナタネサラダ油 しょうゆ 白いりごま ④○角チーズ[Ca・鉄] ⑤○牛乳		食育の日 (わ食の日)		①▲ごはん ②▲うどん(ゆで) ●牛肩肉 □たまねぎ ■にんじん ■葉ねぎ △ナタネサラダ油 カレー粉 煮干し(だし用) アレルギー(アレルギー不使用) しょうゆ 食塩 水 ③●豚もも肉 △ナタネサラダ油 ■葉ねぎ □しょうが □おろしにんにく しょうゆ 清酒 ▲さとう □たまねぎ ■にんじん ■ピーマン △ナタネサラダ油 しょうゆ 白いりごま ④○角チーズ[Ca・鉄] ⑤○牛乳		地場産物の日 「ねぎ」「ピーマン」		①▲ごはん ②●(冷)あなご照り焼き ●牛肩肉 □たまねぎ ■にんじん ■葉ねぎ △ナタネサラダ油 白いりごま ②▲(乾)米めん ●若鶏もも肉 □たまねぎ ■にんじん □えのきたけ ■葉ねぎ かつお節(だし用) だし昆布 しょうゆ 清酒 食塩 水 ③○牛乳		郷土(広島県)に 伝わる料理		①▲リッチパン ②●若鶏もも肉 ●大豆(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●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		地場産物の日 「鶏卵」「米麺」「えのきたけ」「ねぎ」		①▲ごはん ②●絞り豆腐 ▲コンスターチ △食用米油 ●若鶏もも肉 □たまねぎ ■にんじん ■チンゲンサイ △ナタネサラダ油 □しょうが 中華スープの素 しょうゆ □トマトケチャップ ▲さとう 食塩 こしょう 水 ▲コンスターチ 水 ③●豚もも肉 □たまねぎ □ブラックマッペもやし ■にら △ナタネサラダ油 □おろしにんにく ●中みそ みりん しょうゆ △ごま油 水 ④○牛乳		地場産物の日 「チンゲン菜」「もやし」	
	栄養量	837	3.2	708	2.5	709	2.3	728	2.2	792	2.5	743	2.4	766	2.3	718	2.0	768	3.3	740	2.3	747	2.3	747	2.3					

※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3期]9月1日(月)
[第4期]9月30日(火)

※今月の主な
地場産物(予定)
米
牛乳
鶏卵
米麺
ピーマン
チンゲン菜
もやし
えのきたけ
ねぎ