

C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ごはん ②麻婆豆腐 ③チンゲン菜の炒め物 ④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焼き肉 ③はるさめスープ ④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ごはん ②肉じゃが ③卵と野菜の炒め物 ④チーズ ⑤牛乳		①ごはん ②小型バターパン ②ミートスパゲッティ ③フライビーンズ 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豆腐と牛肉の四川風炒め ③蒸ししゅうまい ④納豆 ⑤牛乳		①ごはん ②含め煮 ③野菜炒め ④納豆 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▲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 ▲コーンスターチ 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▲ごはん ②●(冷)赤魚(角切) 食塩 こしょう ▲コーンスターチ △食用米油 ③□キャベツ ■こまつな ■にんじん △ナタネサラダ油 しょうゆ ●かつお節(和え物用) ④●木綿豆腐 ●油揚げ ○(乾)わかめ ▲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▲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 △ナタネサラダ油 ○牛乳 ○脱脂粉乳 カレーウ(アレルゲン不使用) 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 ●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 □しょうが ▲さとう 清酒 □水 ③●鶏卵 □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) しょうゆ 清酒 食塩 ▲コーンスターチ 水 ⑤○牛乳		①▲ごはん ②●(冷)さば素焼き □しょうが ▲さとう 清酒 □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) しょうゆ 清酒 食塩 ▲コーンスターチ 水 ⑤○牛乳		①▲ごはん ②●牛肩肉 ●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 ▲さとう 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▲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 ■葉ねぎ だし昆布 かつお節(だし用) しょうゆ 清酒 ▲さとう 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 水 ③●大豆 ▲コーンスターチ △食用米油 ●金時豆(水煮) ▲コーンスターチ △食用米油 ▲さとう 食塩 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●牛もも肉 ●絞豆腐 □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 豆板醤 しょうゆ 清酒 オイスターソース ▲コーンスターチ ●コンスターチ ●緑豆もやし(太もやし) 豆板醤 しょうゆ ▲さとう しょうゆ 食塩 こしょう ⑤○牛乳		①▲ごはん ②●若鶏もも肉 ●うずら卵 ●凍豆腐(ダイス) ●じゃがいも 板こんにやく ■にんじん ■(乾)きくらげ ■チンゲンサイ △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう みりん 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 ●豚もも肉 ●うずら卵 □キャベツ □たまねぎ ■にんじん ■(乾)きくらげ ■チンゲンサイ △ナタネサラダ油 しょうゆ □しょうが 中華スープの素 しょうゆ 清酒 食塩 こしょう ▲コーンスターチ △ごま油 水 ②○(冷)子持ちししゃも ▲コーンスターチ △食用米油 しょうゆ 食塩 こしょう ③●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○牛乳		①▲ごはん ●豚もも肉 ●うずら卵 □キャベツ □たまねぎ ■にんじん ■(乾)きくらげ ■チンゲンサイ △ナタネサラダ油 しょうゆ □しょうが 中華スープの素 しょうゆ 清酒 食塩 こしょう ▲コーンスターチ △ごま油 水 ②○(冷)子持ちししゃも ▲コーンスターチ △食用米油 しょうゆ 食塩 こしょう ③●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○牛乳											
	724		2.3	731		2.2	783		3.0	739		2.7	728		2.2	762		2.1	764		2.3	792		2.5	709		2.3	764		2.2	815		2.3	747		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黒糖パン ②鶏肉と野菜のスープ煮 ③スパイスシーレバー ④なし 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ふわふわ丼 (ごはん) ②ひじきの炒め煮 ③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リッチパン ②チキンビーンズ ③三色ソテー 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ビーンズカレーライス (ごはん) ②フルーツポンチ ③牛乳		①あなごめし (ごはん) ②米麺汁 ③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											
食 材 料 名	①▲黒糖パン ②●若鶏もも肉 ●うずら卵 ▲じゃがいも □たまねぎ ■にんじん □キャベツ ■にんじん コンソメ 食塩 こしょう 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 ▲コーンスターチ △食用米油 食塩 ⑤○牛乳		①▲ごはん ②▲うどん(ゆで) ●牛肩肉 ●鶏卵 □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) カレーウ(アレルゲン不使用) しょうゆ 清酒 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 みりん △白いりごま ④○角チーズ[Ca・鉄] 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 □ごぼう ■にら △ごま油 □しょうが ▲さとう 清酒 食塩 みりん 水 ▲コーンスターチ 水 ②●若鶏もも肉 ●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 ③○牛乳		①▲ごはん ②●豚肩肉 ●絞豆腐 糸こんにやく □たまねぎ ■にんじん ■(乾)しいたけ □ごぼう ■にら △ごま油 □しょうが ▲さとう 清酒 食塩 みりん 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 清酒 食塩 こしょう ④○牛乳		①▲リッチパン ②●若鶏もも肉 ●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 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		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 水 ④▲さつまいも ○(乾)わかめ □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 ▲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 △白いりごま ③□キャベツ △ナタネサラダ油 食塩 こしょう ④●豚もも肉 □キャベツ □たまねぎ ■にんじん ■(乾)わかめ □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 ②○のり佃煮 ③●若鶏もも肉 ●うずら卵 ●凍豆腐(ダイス) 板こんにやく ■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 水 ④●豚もも肉 □キャベツ □たまねぎ ■にんじん △ナタネサラダ油 ●中みそ みりん しょうゆ △ごま油 水 ⑤○牛乳		①▲ごはん ②○のり佃煮 ③●若鶏もも肉 ●うずら卵 ●レンス豆(蒸し) ▲じゃがいも 板こんにやく ■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 レモン果汁 □レモン果汁 ④▲じゃがいも 食塩 こしょう 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 ●豚肩肉 赤ワイン ●大豆(水煮) ●レンス豆(蒸し) ▲じゃがいも □たまねぎ ■にんじん ▲さとう みりん レモン果汁 □たまねぎ ●若鶏もも肉 □(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 ●豚肩肉 赤ワイン ●大豆(水煮) ▲じゃがいも □たまねぎ ■にんじん ▲さとう みりん レモン果汁 □たまねぎ ●若鶏もも肉 □(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 ●(冷)あなご照り焼き ●鶏卵 食塩 △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 ■(乾)きくらげ ■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		①▲ごはん ●(冷)あなご照り焼き ●鶏卵 食塩 △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 ■(乾)きくらげ ■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		①▲ごはん ②●絞豆腐 ▲コーンスターチ △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 清酒 食塩 水 ③●豚もも肉 □たまねぎ □ブラックマップもやし ■にんじん ■葉ねぎ 中華スープの素 しょうゆ 清酒 食塩 こしょう △ごま油 水 ④○牛乳		①▲ごはん ②●絞豆腐 ▲コーンスターチ △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 清酒 食塩 こしょう △ごま油 水 ④○牛乳							
	797		3.4	766		2.3	734		2.6	708		2.5	768		3.3	743		2.4	779		2.2	747		2.3	837		3.2	779		1.9	718		2.0	740		2.3
栄養量																																				

※赤 (●:たんぱく質 ○:無機質 おもに体をつくるものとなる)
 ※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のとなる)
 ※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](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](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）



牛奶



通



一
マ
ン



ン
ゲン
ン
ン



15



えのきたす



井