

A中 令和7年11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	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)
献立名	①広島カレー(ポーク) (ごはん) ②野菜ソテー ③牛乳	①ごはん ②さけのから揚げ ③ひじきの炒め煮 ④さつま汁 ⑤牛乳	①きなこパン ②鶏肉と野菜のスープ煮 ③三色ソテー ④牛乳	①玄米ごはん ②豚肉と大根の煮物 ③れんこんサラダ ④小魚アーモンド ⑤牛乳	①ごはん ②親子煮 ③酢の物 ④牛乳	①うずみ (ごはん) ②小いわしのから揚げ ③小松菜の炒め物 ④牛乳	①ごはん ②麻婆豆腐 ③大根の中華サラダ ④牛乳	①小型パン ②りんごジャム ③和風スパゲッティ ④大豆サラダ ⑤牛乳	①ごはん ②ホギの天ぷら ③即席漬 ④かきたま汁 ⑤牛乳
食材料名	①▲ごはん ●豚もも肉 ▲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 オールスパイス ▲小麦粉 △ナタネサラダ油 カレー粉 コンソメ □トマトケチャップ お好みソース □ブルーベリー オウスターソース ウスターソース しょうゆ 食塩 こしょう ガラマサラ 水 ②●まぐろ(スープ漬) □キャベツ ■こまつな ■にんじん △ナタネサラダ油 食塩 こしょう ③○牛乳	①▲ごはん ②●(冷)さけ(角切) 食塩 こしょう ▲コーンスターチ △食用米油 ③●さつま揚げ ○(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●若鶏胸肉 ●木綿豆腐 ▲さつまいも 板こんにやく ■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 △食用米油 ●きな粉 ▲さとう 食塩 ②●若鶏もも肉 ▲じゃがいも □キャベツ □たまねぎ ■にんじん コンソメ 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▲玄米ごはん ②●豚もも肉 ●(冷)生揚げ 板こんにやく □だいこん ■にんじん △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう 清酒 食塩 水 ③●まぐろ(油漬) □れんこん 食酢 □きゅうり 食塩 ■にんじん △マヨネーズ風味料(ノンエッグ) しょうゆ 食塩 こしょう ④○小魚アーモンド ⑤○牛乳	①▲ごはん ②●若鶏胸肉 ●鶏卵 ●凍り豆腐(ダイス) ▲じゃがいも □たまねぎ ■にんじん □ごぼう □ぶなしめじ ■葉ねぎ △ナタネサラダ油 しょうゆ 清酒 ▲さとう 食塩 水 ③●かまぼこ ○(冷)荳わかめ □切干しだいこん しょうゆ □キャベツ 食塩 ■にんじん 食酢 ▲さとう しょうゆ 食塩 ④○牛乳	①▲ごはん ●若鶏もも肉 ●(冷)絹厚揚げ ▲さといも 食塩 ■にんじん □ごぼう □ぶなしめじ ■葉ねぎ かつお節(だし用) だし昆布 しょうゆ 食塩 清酒 水 ②○(冷)小いわし(唐揚げ用) △食用米油 食塩 ③●さつま揚げ ■こまつな ■にんじん 食酢 しょうゆ ▲さとう △ごま油 食塩 こしょう ④○牛乳	①▲ごはん ②●豚肩肉 ▲木綿豆腐 ●緑豆はるさめ □たまねぎ ■にんじん △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●まぐろ(油漬) □だいこん 食塩 ■こまつな ■にんじん 食酢 しょうゆ ▲さとう △ごま油 食塩 ④○牛乳	①▲基準パン ②●りんごジャム ③▲スパゲッティ 食塩 △ナタネサラダ油 ●牛もも肉 □たまねぎ ■にんじん □えのきたけ ■(冷)ほうれんそう △ナタネサラダ油 コンソメ しょうゆ 食塩 こしょう ④●ロースハム ▲大豆(蒸し) □キャベツ 食塩 □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●(冷)ホギ(切身) ▲小麦粉 水 △食用米油 ③□キャベツ 食塩 しょうゆ 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 ▲コーンスターチ 水 ⑤○牛乳
栄養量	7252.2	7652.4	7443.0	7672.1	7152.3	7222.0	7312.4	7632.9	7021.8
実施日	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)
献立名	①ごはん ②揚げ豆腐の中華あんかけ ③はるさめスープ ④牛乳	①柳川風井 (ごはん) ②野菜炒め ③チーズ ④牛乳	①ごはん ②さばの煮つけ ③きんぴら ④ひろしまっこ汁 ⑤牛乳	①パン ②クリームシチュー ③グリーンサラダ ④牛乳	①ごはん ②うま煮 ③レバーのから揚げ ④白菜の赤じそあえ ⑤牛乳	①鶏そぼろごはん (ごはん) ②豚汁 ③みかん ④牛乳	①減量ごはん ②すきやきうどん ③豚肉の角煮 ④くわいのから揚げ ⑤牛乳	①バターパン ②赤魚のケチャップソースかけ ③温野菜 ④野菜スープ ⑤牛乳	①ごはん ②おでん ③ゆずあえ ④納豆 ⑤牛乳
食材料名	①▲ごはん ②●絞豆腐 ●コーンスターチ △食用米油 ●豚肩肉 □たまねぎ ■にんじん □ごぼう ■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 □トマトケチャップ しょうゆ ▲さとう 清酒 ▲コーンスターチ △白いりごま 水 ③●若鶏胸肉 ▲緑豆はるさめ □たまねぎ ■にんじん □ブラックマッペもやし □(乾)きくらげ ■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 △ごま油 水 ④○牛乳	①▲ごはん ●牛もも肉 ●鶏卵 □たまねぎ ■にんじん □ごぼう ■葉ねぎ だし昆布 かつお節(だし用) しょうゆ 清酒 ▲さとう みりん 食塩 水 ②●豚もも肉 □キャベツ ●緑豆もやし(太もやし) ■こまつな ■にんじん △ナタネサラダ油 しょうゆ 食塩 こしょう ③○角チーズ[Ca・鉄] ④○牛乳	①▲ごはん ②●(冷)さば素焼き □しょうゆ 清酒 ▲さとう 水 ③●若鶏胸肉 □ごぼう ■にんじん △ナタネサラダ油 ○牛乳 ○脱脂粉乳 コンソメ 食塩 こしょう 水 ④●油揚げ ●凍り豆腐(細切) ▲じゃがいも □白菜 □たまねぎ ■にんじん ■みずな ○ちりめんいりこ ●中みそ ●白みそ 水 ⑤○牛乳	①▲基準パン ②●若鶏胸肉 ●うずら卵 ■にんじん □たまねぎ ■にんじん △ナタネサラダ油 ○牛乳 ○脱脂粉乳 コンソメ 食塩 こしょう 水 ③●ロースハム ●凍り豆腐 △食用米油 食塩 ■ほうれんそう □きゅうり 食塩 ▲さとう 洋がらし ④○牛乳	①▲ごはん ②●若鶏もも肉 ●うずら卵 ●(冷)生揚げ ▲じゃがいも 板こんにやく □だいこん ■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 ▲コーンスターチ △食用米油 ④□白菜 ■(乾)赤じそ粉 ⑤○牛乳	①▲ごはん ●若鶏ミンチ ■にんじん □ごぼう □(乾)しいたけ ■こまつな △ナタネサラダ油 □しょうが しょうゆ 清酒 ▲さとう ②●豚もも肉 ●木綿豆腐 ▲じゃがいも 板こんにやく □だいこん ■にんじん ■葉ねぎ 煮干し(だし用) ●中みそ ●白みそ 水 ③□みかん ④○牛乳	①▲ごはん ②▲うどん(ゆで) ●牛肩肉 ●焼豆腐 糸こんにやく □白菜 □たまねぎ ■にんじん □白ねぎ △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう 清酒 水 ③●豚もも肉 □しょうが しょうゆ ▲さとう 清酒 みりん ▲コーンスターチ 水 ④□くわい △食用米油 食塩 ⑤○牛乳	①▲バターパン ②●(冷)赤魚(角切) 清酒 ▲コーンスターチ △食用米油 □トマトケチャップ ウスターソース ▲さとう 水 ③□キャベツ 食塩 ④●若鶏胸肉 ●白いんげん豆(水煮) ▲じゃがいも □たまねぎ □白菜 ■にんじん △ナタネサラダ油 コンソメ 食塩 こしょう 水 ⑤○牛乳	①▲ごはん ②●牛もも肉 ●さつま揚げ ●うずら卵 ●(冷)生揚げ ▲さといも 食塩 板こんにやく □だいこん ○だし昆布 しょうゆ ▲さとう 清酒 水 ③○糸寒天 □キャベツ 食塩 □きゅうり 食塩 ■にんじん □ゆず果汁 食酢 ▲さとう しょうゆ 食塩 ④●納豆 ⑤○牛乳
栄養量	7642.2	7212.7	7532.5	7263.0	8232.3	7242.3	7812.4	7663.0	7882.6

※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

鶏卵

だいこん

こまつな

ほうれんそう

パセリ

ねぎ

白ねぎ

くわい

えのきたけ