

C小 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げんまいごはん ②ぶたにくとだいこんのにも ③れんこんサラダ ④ぎゅうにゅう	①とりそぼろごはん (ごはん) ②ぶたじる ③ぎゅうにゅう	①バターパン ②あかうおの ケチャップソースかけ ③おんやさい ④やさいスープ ⑤ぎゅうにゅう	①ごはん ②うまに ③レバーのからあげ ④はくさいのあかじそあえ ⑤ぎゅうにゅう	①ごはん ②マーボー豆腐 ③だいこんのちゅうかサラダ ④ぎゅうにゅう	①ごはん ②おやこに ③すのもの ④ぎゅうにゅう	①ごはん ②ホキのてんぷら ③そくせきづけ ④かきたまじる ⑤ぎゅうにゅう	①パン ②クリームシチュー ③グリーンサラダ ④ぎゅうにゅう	①うずみ (ごはん) ②こいわしのからあげ ③こまつなのいためもの ④ぎゅうにゅう
食材料名	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 △マヨネーズ風調味料(ノンエッグ) しょうゆ 食塩 こしょう ④○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○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 ⑤○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 水 ③●(冷)豚レバー ▲コーンスターチ △食用米油 ④□白菜 食塩 ■(乾)赤じそ粉 ⑤○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 ■葉ねぎ △ごま油 □しょうが □おろしにんにく 豆板醤 清酒 ●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▲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 ■(乾)しいたけ ■葉ねぎ △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう 水 ③●かまぼこ ○(冷)茎わかめ □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 ②●(冷)ホキ(切身) ▲小麦粉 食塩 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	①▲基準パン ②●若鶏胸肉 ▲じゃがいも □たまねぎ ■にんじん ■バセリ △ナタネサラダ油 ▲小麦粉 △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 □キャベツ 食塩 ■ほうれんそう □きゅうり 食塩 食酢 △ナタネサラダ油 ▲さとう 食塩 しょうゆ 洋がらし 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 □緑豆もやし(太もやし) ■にんじん △ごま油 しょうゆ 食塩 こしょう ④○牛乳
栄養量	5961.6	5711.8	5882.3	6661.8	5921.8	5911.8	5871.5	5852.3	5901.6
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やながわふうどんぶり (ごはん) ②やさしいため ③チーズ ④ぎゅうにゅう	①ごはん ②おでん ③ゆずあえ ④ぎゅうにゅう	①ごはん ②さばのにつけ ③きんぴら ④ひろしまっこじる ⑤ぎゅうにゅう	①きなこパン ②とりにくとやさいのスープに ③さんしよくソテー ④ぎゅうにゅう	①げんりょうごはん ②すきやきうどん ③ぶたにくのかくに ④くわいのからあげ ⑤ぎゅうにゅう	①ごはん ②あげ豆腐の ちゅうかあんかけ ③はるさめスープ ④ぎゅうにゅう	①ごはん ②さけのからあげ ③ひじきのいために ④すまじる ⑤ぎゅうにゅう	①こがたパン ②わふうスパゲッティ ③だいずサラダ ④ぎゅうにゅう	①ひろしまカレー(ポーク) (ごはん) ②やさしいソテー ③ぎゅうにゅう
食材料名	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 ▲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●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○牛乳	①▲ごはん ②●(冷)さば素焼き □しょうが 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 しょうゆ ▲さとう みりん 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 △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 ■にんじん コンソメ 食塩 こしょう 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▲うどん(ゆで) ●牛肩肉 ●焼き豆腐 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▲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 ■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 しょうゆ △ごま油 水 ④○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 ▲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 ②▲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 △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 食塩 こしょう ③●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 しょうゆ 洋がらし ④○牛乳	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 食塩 こしょう 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
栄養量	5932.1	5881.9	6072.0	5892.4	6452.0	6301.8	6151.9	5852.3	5981.7

※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



※こんげつのおもな
じばさんぶつ(よてい)
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