

D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パン ②りんごジャム ③クリームシチュー ④フレンチサラダ ⑤牛乳		①柳川風丼 (ごはん) ②野菜炒め ③牛乳		①ごはん ②豚肉と大根の煮物 ③れんこんと春雨のサラダ ④牛乳		①ごはん ②うま煮 ③豚レバーのから揚げ ④赤じそあえ ⑤牛乳		①ごはん ②ホキの天ぷら ③きんぴら ④かき卵汁 ⑤牛乳		①パン ②チョコレートスプレッド ③鶏肉と野菜のスープ煮 ④三色ソデー ⑤牛乳		①ポークカレーライス (ごはん) ②和風サラダ ③小魚アーモンド ④牛乳		①ごはん ②麻婆豆腐 ③だいごんの中華サラダ ④みかん ⑤牛乳	
食材料名	①▲ごはん ②●(冷)さけ(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●若鶏胸肉 ●木綿豆腐 ▲さつまいも □だいごん ■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▲りんごジャム ③●若鶏もも肉 ▲じゃがいも □たまねぎ ■にんじん ■にんじん △ナタネサラダ油 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 ④●ロースハム □キャベツ □きゅうり 食塩 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 ●牛もも肉 ●鶏卵(液卵) □たまねぎ □(冷)ごぼう ■にんじん ■にんじん ■葉ねぎ だし昆布 かつお節(だし用) しょうゆ 清酒 食塩 水 ▲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) ■にんじん ■にんじん △ナタネサラダ油 しょうゆ 食塩 こしょう ③○牛乳		①▲ごはん ②●豚もも肉 ●さつま揚げ ●(冷)生揚げ 板こんにやく □だいごん ■にんじん ■にんじん しょうゆ ▲さとう 清酒 食塩 水 ③●ロースハム ▲緑豆はるさめ □れんごん □きゅうり 食塩 △マヨネーズ風調味料(ノンエッグ) しょうゆ 食酢 こしょう ④○牛乳		①▲ごはん ②●若鶏胸肉 ●うずら卵 ●(冷)生揚げ ▲じゃがいも 板こんにやく ■にんじん ■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 ▲でん粉 ▲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●(冷)ホキ(切身) ▲小麦粉 食塩 水 △食用米油 ③●豚もも肉 ●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 水 ④●鶏卵(液卵) ●木綿豆腐 □たまねぎ ■にんじん ■みずな かつお節(だし用) だし昆布 しょうゆ 清酒 食塩 ▲でん粉 水 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 ④●ひよこ豆(水煮) ▲じゃがいも □たまねぎ ■にんじん □白菜 ■にんじん ■バセリ コンソメ 食塩 こしょう 水 ④●ポークウインナー ■こまつな □ホールコーン △ナタネサラダ油 食塩 こしょう ⑤○牛乳		①▲ごはん ●豚もも肉 ▲じゃがいも □たまねぎ ■にんじん ■にんじん △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう みりん 水 ②●まぐろ(スープ漬) ○(冷)茎わかめ □キャベツ □きゅうり 食塩 ■にんじん ■にんじん 食酢 しょうゆ △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 ③○小魚アーモンド ④○牛乳		①▲ごはん ②●豚もも肉 ●木綿豆腐 □たまねぎ ■にんじん ■にんじん △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう みりん 水 ③●まぐろ(スープ漬) □だいごん 食塩 ■こまつな ■にんじん 食酢 しょうゆ ▲さとう 食塩 △ごま油 ④□みかん ⑤○牛乳	
	秋の献立						地場産物の日 「だいごん」「きゅうり」 いい歯の日						地場産物の日 「バセリ」「こまつな」					
栄養量	751	2.3	762	2.8	742	2.3	736	2.0	846	2.4	715	2.1	731	3.0	797	2.7	730	2.4
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うずみ (ごはん) ②小いわしのから揚げ ③昆布和え ④牛乳		①ごはん ②さわらの照り焼き ③即席揚げ ④ひろしまっこ汁 ⑤牛乳		①小型リッチパン ②和風スパゲッティ ③カルちゃんサラダ ④牛乳		①ごはん ②親子煮 ③はりはり漬け ④チーズ ⑤牛乳		①ごはん ②豚肉の塩こうじ焼き ③小松菜の炒め物 ④レモンあえ ⑤牛乳		①減量炊き込みごはん ②梅風味わかめうどん ③鶏肉のしそから揚げ ④レモンあえ ⑤牛乳		①バターパン ②赤魚のケチャップソースかけ ③野菜スープ ④牛乳		①ごはん ②元気もりもりあんかけいため ③あたたまる！ポカポカ汁 ④味付小魚 ⑤牛乳		①ツナと卵のあんかけごはん (ごはん) ②豚汁 ③チーズ ④牛乳	
食材料名	①▲ごはん ●若鶏胸肉 ●(冷)絹厚揚げ ▲さといも 食塩 みりん ■にんじん □まいたけ ■葉ねぎ かつお節(だし用) だし昆布 しょうゆ ▲でん粉 水 △食用米油 食塩 ②○(冷)小いわし(唐揚げ用) △食用米油 食塩 ③□キャベツ ○塩昆布佃煮 食塩 ④○牛乳		①▲ごはん ②●(冷)さわら(切身) 清酒 △ナタネサラダ油 みりん しょうゆ ▲さとう ▲でん粉 ③□だいごん 食塩 ■にんじん しょうゆ ④●木綿豆腐 ●油揚げ ▲じゃがいも □白菜 ■にんじん ■こまつな ○ちりめんいりこ ●中みそ ●白みそ 水 ⑤○牛乳		①▲リッチパン 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 ■チンゲンサイ △ナタネサラダ油 コンソメ しょうゆ 食塩 こしょう 水 ③●まぐろ(スープ漬) ○ちりめんいりこ ○(乾)芽ひじき しょうゆ ■ほうれんそう ■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 △半すり白いりごま ④○牛乳		①▲ごはん ②●若鶏胸肉 ●鶏卵(液卵) ●凍り豆腐(ダイス) ▲じゃがいも □たまねぎ ■にんじん ■にんじん △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう 清酒 水 ③●ちくわ □切干しだいごん □きゅうり 食塩 ■にんじん 食酢 ▲さとう しょうゆ ④○角チーズ[Ca・鉄] ⑤○牛乳		①▲ごはん ②●豚もも肉 塩こうじ みりん 清酒 食塩 △ナタネサラダ油 ③●豚もも肉 ■にんじん △ナタネサラダ油 しょうゆ みりん 清酒 ④●豚もも肉 ●油揚げ ▲さつまいも □たまねぎ □白菜 ■にんじん ■にんじん かつお節(だし用) だし昆布 ●中みそ ●白みそ 水 ⑤○牛乳		①▲米 □(冷)れんごん ■にんじん ○塩昆布佃煮 しょうゆ みりん 食塩 水 ②▲うどん(ゆで) ●豚もも肉 ○(乾)わかめ □たまねぎ ■にんじん ■葉ねぎ 煮干し(だし用) □(乾)きざみ梅 しょうゆ 清酒 食塩 水 ③●若鶏もも肉 青じそドレッシング 食塩 ▲でん粉 ▲コーンスターチ △食用米油 ④□キャベツ □きゅうり 食塩 □レモン果汁 ▲さとう 食塩 ⑤○牛乳		①▲バターパン ②●(冷)赤魚(角切) ▲でん粉 ▲コーンスターチ △食用米油 □たまねぎ ■にんじん △ナタネサラダ油 しょうゆ □トマトケチャップ ウスターソース ▲さとう 水 ③●ベーコン ▲じゃがいも □たまねぎ □キャベツ ■にんじん ■こまつな コンソメ 食塩 こしょう 水 ④○牛乳		①▲ごはん ②●豚もも肉 □たまねぎ ■こまつな ■にんじん □えのきたけ △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう 中華スープの素 ▲でん粉 食塩 ▲でん粉 ③●若鶏胸肉 ▲じゃがいも □たまねぎ ■にんじん ■葉ねぎ △ナタネサラダ油 かつお節(だし用) だし昆布 しょうゆ 清酒 食塩 水 ④○味付小魚 ⑤○牛乳		①▲ごはん ●まぐろ(スープ漬) ●鶏卵(液卵) ●油揚げ ■にんじん ■チンゲンサイ △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう 清酒 食塩 ▲でん粉 水 ②●豚もも肉 ▲じゃがいも 板こんにやく □たまねぎ ■にんじん □ごぼう □白ねぎ 煮干し(だし用) ●中みそ ●白みそ 水 ③○角チーズ[Ca・鉄] ④○牛乳	
	郷土(広島県)に 伝わる料理 地場産物の日 「だいごん」「葉ねぎ」 「小いわし」 今月のテーマ 「かぜを予防する食事 について知ろう」								学校スペシャル汁		生徒企画献立				センター募集献立		地場産物の日 「チンゲンサイ」「白ねぎ」	
栄養量	720	1.9	703	2.2	745	3.1	743	2.4	739	2.1	762	3.7	751	3.0	702	2.0	755	3.1

※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)

