

A小

令和8年1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	7日(水)	8日(木)	9日(金)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	19日(月)	20日(火)									
献立名	①ごはん ②マーボーどうふ ③ひじきのちゅうかサラダ ④ぎゅうにゅう	①パン ②ビーフシチュー ③ベーコンとやさいのソテー ^{④ぎゅうにゅう}	①ごはん ②こいわしのからあげ ③がじつあえ ④かきたまじる ⑤ぎゅうにゅう	①ごはん ②ホキのからあげ ③おかかあえ ④ぶたじる ⑤ぎゅうにゅう	①おやこどんぶり (ごはん) ②クリームに ③やさいソテー ^{④ぎゅうにゅう}	①パン ②クリームに ③やさいソテー ^{④ぎゅうにゅう}	①ごはん ②にくどうふ 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さわらのてんぶら ③こうはくなます ④ひろしまっこじる ⑤ぎゅうにゅう	①ふややさいカレーライス (ごはん) ②さんしょくソテー ^{③ぎゅうにゅう}									
食材料名	①▲ごはん ②●豚もも肉 ●木綿豆腐 △緑豆はるさめ □たまねぎ ■にんじん ■にら △ごま油 □しようが □おろしにんにく 豆板醤 ●赤みそ ▲さとう ▲コーンスターク 水 ③●かつお(油漬) ○(乾)芽ひじき しようが ▲緑豆はるさめ □きゅうり ■にんじん 食酢 しようゆ ▲さとう △ごま油 食塩 ④○牛乳	①▲基準パン ②●牛肩肉 ▲じゃがいも □たまねぎ ■にんじん ■にら △ナタネサラダ油 □おろしにんにく コンソメ ▲小麦粉 △ナタネサラダ油 □トマトケチャップ 好みソース □トマトペースト ▲さとう 食塩 こしょう 水 ③●ベーコン □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 ④○牛乳	①▲ごはん ②○(冷)ホキ(角切) △食用米油 食塩 ③●(冷)あなご照り焼き ■ほうれんそう ■にんじん △食用米油 ③□白菜 食塩 ■ほうれんそう しようゆ ●かつお節(和え物用) ④●鶏卵 ●木綿豆腐 □たまねぎ ■にんじん □えのきだけ ■葉ねぎ かつお節(だし用) だし昆布 しようゆ 清酒 食塩 ●中みそ ●白みそ 水 ⑤○牛乳	①▲ごはん ●若鶏胸肉 ●絞り豆腐 ●うずら卵 ▲じゃがいも □たまねぎ ■にんじん ■葉ねぎ だし昆布 かつお節(だし用) しようゆ 清酒 ▲さとう 食塩 ●牛もも肉 □たまねぎ ■にんじん ■葉ねぎ 板こんにゃく □だいこん ■にんじん □白ねぎ 煮干し(だし用) ●中みそ ●白みそ 水 ⑥○牛乳	①▲基準パン ②●若鶏胸肉 ●絞り豆腐 ●うずら卵 ▲じゃがいも □たまねぎ ■にんじん ■葉ねぎ △ナタネサラダ油 コンソメ ▲小麦粉 △ナタネサラダ油 ○牛乳 ○脱脂粉乳 食塩 水 ②●牛もも肉 ▲じゃがいも □ごぼう ■にんじん △ナタネサラダ油 しようゆ ●豚肩肉 □キャベツ ■こまつな ■にんじん △ナタネサラダ油 食塩 ③○牛乳	①▲ごはん ●絞り豆腐 糸こんにゃく □たまねぎ ■にんじん △ナタネサラダ油 △食用米油 ○牛乳 水 ③●(冷)豚レバー ▲コーンスターク △食用米油 ④□白菜 食塩 ●豚肩肉 □キャベツ ■こまつな ■にんじん △ナタネサラダ油 食塩 ⑤○牛乳	①▲ごはん ●牛肩肉 ●小麦粉 食塩 水 △食用米油 ③□だいこん ■にんじん △ナタネサラダ油 食塩 食酢 ▲さとう 食塩 ④●油揚げ ●凍り豆腐(細切) ▲じゃがいも ○(乾)わかめ □白菜 ■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▲ごはん ●牛肩肉 ●小麦粉 食塩 水 △食用米油 ③□だいこん ■にんじん △ナタネサラダ油 食塩 食酢 ▲さとう 食塩 ④●油揚げ ●凍り豆腐(細切) ▲じゃがいも ○(乾)わかめ □白菜 ■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▲ごはん ●牛肩肉 ●小麦粉 食塩 水 △食用米油 ③□だいこん ■にんじん △ナタネサラダ油 食塩 食酢 ▲さとう 食塩 ④●油揚げ ●凍り豆腐(細切) ▲じゃがいも ○(乾)わかめ □白菜 ■にんじん ■みずな ○ちりめんいりこ ●中みそ ●白みそ 水 ⑤○牛乳									
栄養量	607	1.8	596	2.4	580	1.6	592	1.8	601	1.8	582	2.4	645	1.8	617	1.9	607	1.8
実施日	21日(水)	22日(木)	23日(金)	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)										
献立名	①ごはん ②そうに ③かえりいりことくろまめの あまからに ④くりきんとん ⑤ぎゅうにゅう	①バターパン ②チキンピーンズ ③フレンチサラダ ④ぎゅうにゅう	①ごはん ②よしのに ③はりはりづけ ④ぎゅうにゅう	①げんまいごはん ②さばのしおやき ③ひろしまなづけ ④みそすいとん ⑤ぎゅうにゅう	①げんりょうごはん ②にくうどん ③がんせきあげ ④ぎゅうにゅう	①ぶたどん (ごはん) ②ごままで ③みかん ④ぎゅうにゅう	①こくとうパン ②とりにくのレモンあげ ③おんやさい ④はくさいスープ ⑤ぎゅうにゅう	①ごはん ②こうやどうふのごもくに ③やさいいため ④ぎゅうにゅう										
食材料名	①▲ごはん ②●若鶏胸肉 ●かまぼこ ▲(冷)白玉もち 白菜 ■金時にんじん □えのきだけ ■みずな かつお節(だし用) だし昆布 しようゆ 清酒 食塩 水 ③○かえりいりこ △食用米油 ●黒豆 ▲コーンスターク △食用米油 ▲さとう しようゆ 水 ④▲さつまいも △くり甘露煮 ▲さとう 食塩 こしょう 洋がらし ⑤○牛乳	①▲バターパン ②●若鶏胸肉 ●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 □キャベツ 食塩 □きゅうり 食塩 ■にんじん 食酢 ▲さとう 食塩 こしょう 洋がらし ④○牛乳	①▲ごはん ②●若鶏胸肉 ●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○ちりめんいりこ □きゅうり 食塩 □きゅうり 食塩 ■にんじん 食酢 ▲さとう 食塩 こしょう 水 ④○牛乳	①▲玄米ごはん ②●(冷)さば塩焼き ③■広島菜漬 ■じゃがいも 板こんにゃく □だいこん ■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○ちりめんいりこ □きゅうり 食塩 □きゅうり 食塩 ■にんじん 食酢 ▲さとう 食塩 こしょう 水 ④○牛乳	①▲ごはん ②▲うどん(ゆで) ●牛肩肉 ●かまぼこ 糸こんにゃく □たまねぎ ■にんじん ■葉ねぎ △小麦粉 ▲米粉 食塩 水 ■みずな 煮干し(だし用) ●中みそ ●白みそ 水 ⑤○牛乳	①▲ごはん ●豚肩肉 ●かまぼこ 糸こんにゃく □たまねぎ ■にんじん ■葉ねぎ △小麦粉 ▲米粉 食塩 水 ②○(冷)茎わかめ □キャベツ 食塩 ■にんじん △ナタネサラダ油 しお ③○(冷)豆(水煮) ○(乾)芽ひじき ■にんじん ●パセリ △ナタネサラダ油 コンソメ 食塩 こしょう 水 ④○牛乳	①▲ごはん ●豚肩肉 ●かまぼこ 糸こんにゃく □たまねぎ ■にんじん ■葉ねぎ △小麦粉 ▲米粉 食塩 水 ②○(冷)茎わかめ □キャベツ 食塩 ■にんじん △ナタネサラダ油 しお ③○(冷)豆(水煮) ○(乾)芽ひじき ■にんじん ●パセリ △ナタネサラダ油 コンソメ 食塩 こしょう 水 ④○牛乳	①▲黒糖パン ②●若鶏もも肉 ●うずら卵 ●凍り豆腐(ダイス) 板こんにゃく ■にんじん □たけのこ(水煮) □(乾)しいたけ △ナタネサラダ油 しお ▲さとう みりん 食塩 水 ②○(冷)茎わかめ □キャベツ 食塩 ■にんじん △ナタネサラダ油 しお ③●豚もも肉 □白菜 □たまねぎ ■にんじん □(冷)ホールコーン ■パセリ △ナタネサラダ油 コンソメ 食塩 こしょう 水 ④○牛乳	①▲ごはん ●若鶏もも肉 ●うずら卵 ●凍り豆腐(ダイス) 板こんにゃく ■にんじん □たけのこ(水煮) □(乾)しいたけ △ナタネサラダ油 しお ▲さとう みりん 食塩 水 ③●豚もも肉 □キャベツ ■にんじん □(冷)ホールコーン ■パセリ △ナタネサラダ油 しお ④○牛乳	①▲ごはん ●豚もも肉 □キャベツ ■にんじん △ナタネサラダ油 しお ■にんじん △ナタネサラダ油 しお ④○牛乳								
行事食「正月」																		
今月のテーマ 「食文化について知ろう」																		
栄養量	605	1.5	588	2.5	581	1.6	632	2.3	651	1.7	602	1.7	609	2.3	590	1.6		

※赤(●: たんぱく質 ○: 無機質 おもに体をつくるものになる)

※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>

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7期] 1月 5日(月)

※こんなげつのおも(よい)

