


D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とりにくのてりやき ③こうはくなます ④ぞうに ⑤ぎゅうにゅう		①みんなのカレー (カレーふうみごはん) ②レモンあえ ③プチあげパン ④ぎゅうにゅう		①バターパン ②若鶏もも肉 ③やさいソテー ④ぎゅうにゅう		①ごはん ②さばのしおやき ③おかかあえ ④ゆたかなふうみ ゆきひがしじる ⑤ぎゅうにゅう		①こくとうパン ②ビーフシチュー ③コールスローサラダ ④ぎゅうにゅう		①ごはん ②うまに ③はりはりづけ ④ぎゅうにゅう		①ごはん ②おやこどんぶり (ごはん) ③こいわしのからあげ ④だいこんのあかじそあえ ⑤ぎゅうにゅう		①ごはん ②あかうおのからあげ ③だいろのいそに ④ひろしまっこじる ⑤ぎゅうにゅう		①ぶたどん (ごはん) ②とり&しろねぎの レモンしょうゆいため ③ぎゅうにゅう		
食材料名	①▲ごはん ②●若鶏もも肉 しょうゆ みりん ▲さとう 清酒 食塩 △ナタネサラダ油 ③□だいこん 食塩 ■にんじん 食酢 ▲さとう 食塩 ④●かまぼこ ▲(冷)白玉もち □白菜 ■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 水 ⑤○牛乳 <div>行事食「正月」</div> <div>今月のテーマ 「食文化について知ろう」</div>		①▲米 カレー粉 △ナタネサラダ油 水 ●豚もも肉 しょうゆ 板こんにやく □たまねぎ ■にんじん △ナタネサラダ油 □おろしにんにく カレールウ(アレルゲン不使用) □トマトケチャップ しょうゆ カレー粉 ガラムマサラ 水 ②□キャベツ □きゅうり 食塩 □レモン果汁 ▲さとう 食塩 ③▲ミニパン △食用米油 ▲グラニュー糖 ④○牛乳		①▲バターパン ②●若鶏もも肉 ●白いんげん豆(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 □トマトケチャップ ウスターソース ▲さとう コンソメ 食塩 こしょう 水 ③●豚もも肉 □キャベツ ■にんじん □(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)さば(切身) 清酒 食塩 △ナタネサラダ油 ③□白菜 ■にんじん △ナタネサラダ油 □おろしにんにく □トマトケチャップ ウスターソース ▲さとう コンソメ 食塩 こしょう かつお節(だし用) だし昆布 ●中みそ ●白みそ 水 ⑤○牛乳 <div>学校スペシャル汁</div>		①▲黒糖パン ②●牛もも肉 ▲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 □トマトケチャップ ウスターソース ビーフシチューの素 コンソメ 食塩 こしょう 水 ③●ロースハム □キャベツ □ホールコーン ■にんじん △マヨネーズ風調味料(ノンエッグ) 食酢 食塩 こしょう ④○牛乳		①▲ごはん ②●若鶏もも肉 ●さつま揚げ ●うずら卵 ●(冷)生揚げ ▲じゃがいも 板こんにやく ■にんじん △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう みりん 清酒 食塩 水 ③○ちりめんいりこ □切干しだいこん □きゅうり 食塩 ■にんじん 食酢 ▲さとう しょうゆ 食塩 ④○牛乳		①▲ごはん ●若鶏胸肉 ●鶏卵(液卵) □たまねぎ ■にんじん □白ねぎ だし昆布 かつお節(だし用) しょうゆ ▲さとう みりん 清酒 食塩 水 ②○(冷)小いわし(唐揚げ用) △食用米油 食塩 ③□だいこん 食塩 ■(乾)赤じそ粉 ④○牛乳 <div>食育の日 (わ食の日)</div> <div>地場産物の日 「えのきたけ」「ねぎ」</div>		①▲ごはん ②●豚もも肉 □しょうが 清酒 水 ③●若鶏胸肉 □キャベツ □白ねぎ △ナタネサラダ油 しょうゆ 食塩 ▲さとう ④○牛乳 <div>センター募集献立</div>				
	栄養量	625	1.9	601	2.2	579	2.3	602	1.9	596	2.7	605	1.5	594	1.7	613	2.0	573	1.7
	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パン ②チョコレートスプレッド ③とりにくときやさいのスープに ④さんしよくソテー ⑤ぎゅうにゅう		①ごはん ②マーボー豆腐 ③ひじきのちゅうかサラダ ④ぎゅうにゅう		①げんりょうごはん ②ピリから！キムチうどん ③ぶたレバーのあげに ④もやしのかつおこんぶあえ ⑤ぎゅうにゅう		①ごはん ②にくどうふ ③すのもの ④チーズ ⑤ぎゅうにゅう		①ごはん ②まぐろのオーロラソースかけ ③みんなしあわせ！ ④しょうじる ⑤ぎゅうにゅう		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ぎゅうにゅう		①ごはん ②くれのにくじゃが ③がじつあえ ④ぎゅうにゅう		①ごはん ②こうやどうふのごもくに ③チンゲンサイのいためもの ④ぎゅうにゅう			
食材料名	①▲基準パン ②△チョコレートスプレッド ③●若鶏胸肉 ●うずら卵 ▲じゃがいも □たまねぎ □キャベツ ■にんじん ■みずな コンソメ 食塩 こしょう 水 ④●ロースハム ■こまつな □(冷)ホールコーン △ナタネサラダ油 食塩 こしょう ⑤○牛乳 <div>地場産物の日 「みずな」「こまつな」</div>		①▲ごはん ②●豚もも肉 ●木綿豆腐 □たまねぎ ■にんじん □白ねぎ △ナタネサラダ油 □おろしにんにく □しょうが 豆板醤 ●赤みそ しょうゆ ▲さとう ▲でん粉 水 ③●まぐろ(スープ漬) ○(乾)芽ひじき しょうゆ ▲緑豆はるさめ □きゅうり 食塩 ■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▲うどん(ゆで) ●豚もも肉 □たまねぎ □だいこん ■にんじん □白菜キムチ □(冷)ごぼう □白ねぎ △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう 清酒 水 ③●(冷)豚レバー ▲でん粉 ▲コーンスターチ △食用米油 しょうゆ ▲さとう みりん 水 ④□緑豆もやし(太もやし) ○塩昆布佃煮 ●かつお節(和え物用) △ごま油 ⑤○牛乳 <div>センター募集献立</div>		①▲ごはん ②●牛もも肉 ●木綿豆腐 糸こんにやく □たまねぎ □(冷)ごぼう □白ねぎ △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう 清酒 水 ③●かまぼこ □だいこん 食塩 □きゅうり 食塩 ■にんじん 食酢 ▲さとう しょうゆ 食塩 ④○角チーズ[Ca・鉄] ⑤○牛乳		①▲ごはん ②●(冷)まぐろ(角切) しょうゆ 清酒 ▲しょうが(粉) ▲コーンスターチ △食用米油 □たまねぎ △ナタネサラダ油 □トマトケチャップ ウスターソース ▲さとう 水 ③●若鶏胸肉 ●(冷)絹厚揚げ ▲さつまいも □キャベツ ■にんじん 煮干し(だし用) ●中みそ ●白みそ 水 ④○牛乳 <div>全国学校給食週間</div> <div>学校スペシャル汁</div>		①▲基準パン ②▲りんごジャム ③●若鶏胸肉 ▲じゃがいも □たまねぎ ■にんじん □ぶなしめじ ■パセリ △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 こしょう 洋がらし ⑤○牛乳 <div>地場産物の日 「ぶなしめじ」「パセリ」</div>		①▲ごはん ②●牛もも肉 ●さつま揚げ ▲じゃがいも 糸こんにやく □たまねぎ △ごま油 しょうゆ ▲さとう 清酒 水 ③●(冷)あなご照り焼き ■ほうれんそう ■にんじん しょうゆ ▲さとう 食酢 △白いりごま ④○牛乳 <div>郷土(広島県)に 伝わる料理</div>		①▲ごはん ②●若鶏もも肉 ●うずら卵 ●凍り豆腐(ダイス) 板こんにやく □だいこん ■にんじん □たけのこ(水煮) △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう みりん 食塩 水 ③●ちくわ ■チンゲンサイ □緑豆もやし(太もやし) ■にんじん △ナタネサラダ油 しょうゆ みりん 清酒 ▲さとう ④○牛乳 <div>地場産物の日 「チンゲンサイ」「もやし」</div>				
	栄養量	567	2.2	585	1.7	610	2.5	586	1.9	628	1.6	586	2.2	582	1.5	574	1.8		

※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



今月の給食費納期限
[第7期]1月5日(月)

※こんげつのおもな
じばさんぶつ(よてい)

米

牛乳

えのきたけ

ねぎ

みずな

こまつな

ぶなしめじ

パセリ

チンゲンサイ

もやし