

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ブチあげパン ④ぎゅうにゅう	①バターパン ②チキンピーンズ 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おやこどんぶり (ごはん) ②こいわしのからあげ ③だいこんのあかじそあえ ④ぎゅうにゅう	①ごはん ②あかうおのからあげ ③だいすのいそに 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 レモンじょうゆいため ③ぎゅうにゅう		
食材料名	①▲ごはん ②●若鶏もも肉 しようゆ 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 行事食「正月」 今月のテーマ 「食文化について知ろう」	①▲米 カレー粉 △ナタネサラダ油 水 ●豚もも肉 しようゆ 板こんにゃく □たまねぎ ■にんじん △ナタネサラダ油 □おろしにんにく カレーラウ(アレルゲン不使用) □トマトケチャップ しようゆ 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) 清酒 食塩 △ナタネサラダ油 ■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▲黒糖パン ②●牛もも肉 ▲じやがいも □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 ●かつお節(和え物用) ●若鶏胸肉 ○(乾)わかめ コンソメ 食塩 こしょう □白ねぎ かつお節(だし用) だし昆布 ●中みそ ●白みそ 水 ⑤○牛乳	①▲ごはん ②●牛もも肉 ▲じやがいも □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 ●かつお節(だし用) ●若鶏胸肉 ○(乾)わかめ コンソメ 食塩 こしょう □白ねぎ かつお節(だし用) だし昆布 ●中みそ ●白みそ 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●牛もも肉 ▲じやがいも □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 ●かつお節(だし用) ●若鶏胸肉 ○(乾)わかめ コンソメ 食塩 こしょう □白ねぎ かつお節(だし用) だし昆布 ●中みそ ●白みそ 水 ③○ちりめんいりこ □切干だいこん □きゅうり 食塩 ■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●牛もも肉 ▲じやがいも □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 ●かつお節(だし用) ●若鶏胸肉 ○(乾)わかめ コンソメ 食塩 こしょう □白ねぎ かつお節(だし用) だし昆布 ●中みそ ●白みそ 水 ④●じゃがいも □白菜 □だいこん ■にんじん □えのきだけ ■葉ねぎ ○ちりめんいりこ ●中みそ ●白みそ 水 ⑤○牛乳	①▲ごはん ②●若鶏胸肉 食塩 ■にんじん △ナタネサラダ油 しょうゆ みりん 清酒 食塩 水 ②○(冷)かいわし(唐揚げ用) △食用米油 食塩 ③□だいこん 食酢 ■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●若鶏胸肉 食塩 ■にんじん △ナタネサラダ油 しょうゆ みりん 清酒 食塩 水 ④●じゃがいも □白菜 □だいこん ■にんじん □えのきだけ ■葉ねぎ ○ちりめんいりこ ●中みそ ●白みそ 水 ⑤○牛乳	①▲ごはん ②●豚もも肉 食塩 ■にんじん △ナタネサラダ油 しょうゆ みりん 清酒 食塩 水 ②○(冷)赤魚(角切) 食塩 ■にんじん △コーンスターク △食用米油 ③●大豆(水煮) ●油揚げ ○(乾)芽ひじき ■にんじん △ナタネサラダ油 しょうゆ みりん ▲さとう 食塩 ④●牛乳	①▲ごはん ●豚もも肉 食塩 ■にんじん △ナタネサラダ油 しょうゆ みりん ▲さとう 食塩 ②●若鶏胸肉 食塩 ■にんじん △ナタネサラダ油 しょうゆ みりん ▲さとう 食塩 ③○牛乳
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とりにくとやさいのスープに ④さんしょくソーテ ⑤ぎゅうにゅう	①ごはん ②マーぼーどうふ 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! ごしようじる ④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 ▲じやがいも □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	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 □しようが 豆板醤 ●みそ しようゆ ▲さとう ▲でん粉 水 ③●まぐろ(スープ漬) ○(乾)芽ひじき しようゆ ▲緑豆はるさめ □きゅうり △食用米油 ■にんじん 食酢 ■にんじん 食酢 ■にんじん 食酢 △ごま油 食塩 ④○牛乳	①▲ごはん ②▲うどん(ゆで) ●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 □しようが 豆板醤 ●みそ しようゆ ▲さとう ▲でん粉 水 ③●(乾)豚レバー ▲でん粉 △コンスター △食用米油 ■にんじん 食酢 ■にんじん 食酢 ■にんじん 食酢 △ごま油 食塩 ④○牛乳	①▲ごはん ②●牛もも肉 ●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 □しようが 豆板醤 ●みそ しようゆ ▲さとう ▲でん粉 水 ③●かまぼこ □だいこん 食塩 □きゅうり △食用米油 ■にんじん 食酢 ■にんじん 食酢 ●中みそ ■白みそ 水 ④○角チーズ[Ca・鉄] ⑤○牛乳	①▲ごはん ②●牛もも肉 ●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 □しようが 豆板醤 ●みそ しようゆ ▲さとう ▲でん粉 水 ③●若鶏胸肉 ●(冷)絹厚揚げ ▲さつまいも ■にんじん 食酢 ■にんじん 食酢 ●中みそ ■白みそ 水 ④○牛乳	①▲基準パン 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●牛もも肉 ●さつま揚げ ▲じやがいも □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 ③●(冷)あなご照り焼き ■ほうれんそう ■にんじん □たけのこ(水煮) △ナタネサラダ油 しようゆ ▲さとう 清酒 水 ④●ロースハム ○キヤベツ □きゅうり △食用米油 ■にんじん 食酢 ●中みそ ■白みそ 水 ④○牛乳	①▲ごはん ②●牛もも肉 ●さつま揚げ ▲じやがいも □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 ③●(冷)あなご照り焼き ■ほうれんそう ■にんじん □たけのこ(水煮) △ナタネサラダ油 しようゆ ▲さとう みりん 食塩 水 ④●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 しようゆ みりん 清酒 ▲さとう ④○牛乳	①▲ごはん ②●若鶏胸肉 ●うずら卵 ●凍り豆腐(ダイス) 板こんにゃく □だいこん ■にんじん □たけのこ(水煮) △ナタネサラダ油 しようゆ ▲さとう みりん 食塩 水 ②●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 しようゆ みりん 清酒 ▲さとう ④○牛乳		
地場産物の日 「みずな」「こまつな」	地場産物の日 「みずな」「こまつな」	センター募集献立	全国学校給食週間	学校スペシャル汁	地場産物の日 「ぶなしめじ」「パセリ」	郷土(広島県)に 伝わる料理	地場産物の日 「チングンサイ」「もやし」				
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)

✿こんげつのおもな
よてい

