

C小 令和8年5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	1日(金)	7日(木)	8日(金)	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	18日(月)
献立名	①げんまいごはん ②うまに ③すのもの ④ぎゅうにゅう	①こくとうパン ②ポークビーンズ ③フレンチサラダ ④ぎゅうにゅう	①ごはん ②あげどうふのちゅうかあん かけ ③ワントンスープ ④ぎゅうにゅう	①ごはん ②あかうおのたつたあげ ③ごもくまめ ④みそしる ⑤ぎゅうにゅう	①ハヤシライス (ごはん) ②アスパラガスとキャベツの ソテー ③ぎゅうにゅう	①ごはん ②にくどうふ ③おかあえ ④ぎゅうにゅう	①パン ②クリームシチュー ③ほうれんそうのソテー ④ぎゅうにゅう	①ごはん ②のりつくだに ③おのみあげ ④ぶたじる ⑤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▲玄米ごはん 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 しょうゆ ▲さとう みりん 水 ③○ちりめんいりこ ○(冷)茎わかめ □キャベツ 食塩 □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▲黒糖パン ②●豚肩肉 ▲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 ③●かつお(油漬) □キャベツ 食塩 □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 ④○牛乳	①▲ごはん ②●絞豆腐 ▲コーンスターチ △食用米油 ●若鶏胸肉 □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 水 ③▲(乾)ワントン皮 ●豚もも肉 □たまねぎ □ブラックマッペもやし ■にんじん 中華スープの素 しょうゆ 清酒 食塩 こしょう △ごま油 ④○牛乳	①▲ごはん ②●(冷)赤魚(角切) □しょうが しょうゆ 清酒 ▲コーンスターチ △食用米油 ③●大豆(水煮) 板こんにやく ○角切昆布 ■にんじん □ごぼう △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう みりん 水 ④○(乾)わかめ ▲じゃがいも □たまねぎ ■にんじん □えのきたけ 煮干し(だし用) ●中みそ ●白みそ 水 ⑤○牛乳	①▲ごはん ●牛もも肉 赤ワイン □たまねぎ ■にんじん □えのきたけ ▲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 お好みソース ウスターソース ▲さとう 食塩 こしょう ▲コーンスターチ 水 ②●豚肩肉 □キャベツ □(冷)ホールコーン ■アスパラガス △ナタネサラダ油 食塩 こしょう ③○牛乳	①▲ごはん ②●牛肩肉 ●絞豆腐 糸こんにやく □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□キャベツ 食塩 ■(冷)ほうれんそう ■にんじん しょうゆ ●かつお節(和え物用) ④○牛乳	①▲標準パン ②●若鶏もも肉 ▲じゃがいも □たまねぎ ■にんじん ▲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 こしょう 水 ③●豚肩肉 ■(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○のり佃煮 ③●ちくわ ○(乾)あおき □キャベツ ■にんじん □紅しょうが漬 ▲小麦粉 お好みソース 食塩 こしょう △食用米油 ④●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 ⑤○牛乳	①▲ごはん ●豚肩肉 ▲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 □トマトケチャップ お好みソース オイスターソース □ブルーベリーレ ウスターソース しょうゆ 食塩 こしょう ガラマサラ 水 ②●若鶏もも肉 □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	589 1.4	585 2.4	617 1.6	586 1.9	585 1.9	591 1.4	586 2.3	659 2.0	613 1.7
実施日	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)
献立名	①ごはん ②さばのにつけ ③あかじそあえ ④ひろしまっじくる ⑤ぎゅうにゅう	①ごはん ②マーボーどうふ ③だいこんのちゅうかサラダ ④ぎゅうにゅう	①こがたパン ②せんちゃんやきそば ③レバーのカレーふうみあげ ④オレンジ ⑤ぎゅうにゅう	①たにんどんぶり (ごはん) ②かわりきんぴら ③ぎゅうにゅう	①ごはん ②にくじゃが ③からしあえ ④チーズ ⑤ぎゅうにゅう	①げんりょうごはん ②だいごうどん ③ちくわのてんぷら ④ひろしまのいために ⑤ぎゅうにゅう	①ごはん ②こうやどうふのもの ③やさしいため ④ぎゅうにゅう	①パン ②ホキのからあげ ③おんやさい ④しろいんげんまめの クリームスープ ⑤ぎゅうにゅう	①ピピンバ (ごはん) ②わかめスープ ③ぎゅうにゅう
食材料名	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□だいこん 食塩 ■(乾)赤じそ粉 ④●木綿豆腐 ▲じゃがいも □キャベツ ■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▲ごはん ②●豚肩肉 ●木綿豆腐 ●(乾)大豆ミート □たまねぎ □キャベツ ■にんじん ■にら ▲ナタネサラダ油 □しょうが □おろしにんにく 豆板醤 ●赤みそ しょうゆ ▲さとう ▲コーンスターチ 水 ③●かつお(油漬) □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▲標準パン ②●中華めん(ゆで) ●豚肩肉 □たまねぎ □キャベツ □ブラックマッペもやし ■にんじん ■葉ねぎ かつお節(だし用) ■にんじん しょうゆ ▲ナタネサラダ油 お好みソース ウスターソース 食塩 こしょう ③●(冷)豚レバー カレー粉 ▲コーンスターチ △食用米油 ④□オレンジ ⑤○牛乳	①▲ごはん ●牛肩肉 ●鶏卵 □たまねぎ ■にんじん ■葉ねぎ かつお節(だし用) ■にんじん しょうゆ ▲さとう 清酒 食塩 水 ②●豚肩肉 ▲じゃがいも つきこんにやく ■にんじん □(冷)ごぼう △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう みりん ③○牛乳	①▲ごはん ②●牛肩肉 ●さつま揚げ ▲じゃがいも ●油揚げ 糸こんにやく □たまねぎ ■にんじん ■葉ねぎ 煮干し(だし用) しょうゆ 食塩 水 ③●かつお(油漬) □緑豆もやし(太もやし) ■(冷)ほうれんそう ■にんじん 食酢 しょうゆ ▲さとう 食塩 洋がらし ④○半すり白いりごま ④○角チーズ[Ca・鉄] ⑤○牛乳	①▲ごはん ②●牛肩肉 ●さつま揚げ ▲じゃがいも ●油揚げ 糸こんにやく □たまねぎ ■にんじん ■葉ねぎ 煮干し(だし用) しょうゆ 食塩 水 ③●白ちくわ ▲小麦粉 ▲小麥粉 水 ④●牛もも肉 ○(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 ⑤○牛乳	①▲ごはん ②●若鶏もも肉 ●うずら卵 ●凍豆腐(ダイス) ▲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 水 ③●豚肩肉 □緑豆もやし(太もやし) □キャベツ ■チンゲンサイ ▲ナタネサラダ油 しょうゆ 食塩 こしょう ④○牛乳	①▲標準パン ②●(冷)ホキ(角切) 食塩 こしょう ▲コーンスターチ △食用米油 ③□キャベツ 食塩 ④●若鶏胸肉 ●白いんげん豆(水煮) □たまねぎ ■にんじん ■(冷)ほうれんそう △白いりごま △白いりごま ○(乾)わかめ □たまねぎ □だいこん ■にんじん 中華スープの素 しょうゆ 清酒 食塩 △ごま油 水 ③○牛乳	①▲ごはん ●牛もも肉 ●鶏卵 ▲ナタネサラダ油 □緑豆もやし(太もやし) □白菜キムチ ■にんじん ■(冷)ほうれんそう ▲ナタネサラダ油 □しょうが □おろしにんにく しょうゆ ▲さとう 食酢 コチウジャン △白いりごま ○(乾)わかめ □たまねぎ □だいこん ■にんじん 中華スープの素 しょうゆ 清酒 食塩 △ごま油 水 ③○牛乳
栄養量	582 1.9	586 1.8	585 2.6	592 1.8	618 1.8	585 2.3	592 1.7	586 2.1	590 2.1

※こんげつのおもな
じばさんぶつ(よてい)



※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のになる
 ※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

