A小　令和８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	2日(月)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	16日(月)
献立名	①げんまいごはん ②とりてばにくとだいこんのにもの ③れんこんサラダ ④しょくいくミックス ⑤ぎゅうにゅう	①やなが わふうどんぶり（ごはん） ②やさいいため ③りんご ④ぎゅうにゅう	①きなこパン ②とりにくとやさいのスープに ③さんしょくソテー ④チーズ ⑤ぎゅうにゅう	①くりごはん ②さけのからあげ ③そくせきづけ ④さつまじる ⑤みかん ⑥ぎゅうにゅう	①ごはん ②ひじきつくだに ③おでん ④ゆずあえ ⑤みかん ⑥ぎゅうにゅう	①ごはん ②ホキのてんぷら ③ひじきのいためめに ④あかだし ⑤スイートポテト ⑥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はるさめスープ ④バナナ ⑤ぎゅうにゅう	①レーズンパン ②クリームシチュー ③グリーンサラダ ④ぎゅうにゅう	①とりそぼろごはん（ごはん） ②かきたまじる ③こざかなアーモンド ④ぎゅうにゅう	①うずみ（ごはん） ②こいわしのからあげ ③こまつなのいためめもの ④もみじまんじゅう ⑤ぎゅうにゅう
食材料名	①▲玄米ごはん ②●若鶏骨付き手羽中肉 ●(冷)生揚げ 板こんにゃく □だいこん ■にんじん しょうゆ ▲さとう 清酒 食塩 水 ③●かつお(油漬) □れんこん 食酢 □きゅうり 食塩 ■にんじん △ﾏﾖﾈｰｽﾞ風調味料(ﾉﾝｴｯｸﾞ) しょうゆ 食塩 こしょう ④●食育ミックス ⑤○牛乳 いい歯の日	①▲ごはん ●広島和牛 ●鶏卵 □たまねぎ ■にんじん □(冷)ごぼう ■葉ねぎ だし昆布 かつお節(だし用) しょうゆ ▲さとう 清酒 みりん 食塩 水 ②●豚もも肉 □キャベツ □緑豆もやし(太もやし) ■こまつな ■にんじん △ナタネサラダ油 しょうゆ 食塩 こしょう ③□りんご 食塩 ④○牛乳 「おいしい！広島」プロジェクト	①▲基準パン △食用米油 ●きな粉 ▲さとう 食塩 ②●若鶏もも肉 ●ひよこ豆(水煮) ▲じゃがいも □キャベツ □たまねぎ ■にんじん コンソメ 食塩 こしょう 水 ③●ロースハム ■(冷)ほうれんそう □ホールコーン △ナタネサラダ油 食塩 こしょう ④○角チーズ[Ca・鉄] ⑤○牛乳	①▲ごはん ②●(冷)さけ(角切) 食塩 こしょう ▲コーンスターチ △食用米油 ③□だいこん 食塩 しょうゆ ④●若鶏胸肉 ●木綿豆腐 ▲さつまいも 板こんにゃく ■にんじん ■葉ねぎ 煮干し(だし用) ●中みそ ●白みそ 水 ⑤□みかん ⑥○牛乳 教科関連献立 2年生国語科 「秋がいっぱい」	①▲ごはん ②○ひじき佃煮 ③●牛肩肉 ●さつま揚げ(小麦不使用) ●うずら卵 ●(冷)生揚げ ▲さといも 食塩 板こんにゃく □だいこん ○だし昆布 しょうゆ ▲さとう 清酒　水 ④●ちくわ(小麦不使用) □キャベツ 食塩 □きゅうり 食塩 ■にんじん □ゆず果汁 食酢 ▲さとう しょうゆ　食塩 ⑤□みかん ⑥○牛乳 今月のテーマ 「かぜを予防する食事について知ろう」	①▲ごはん ②●(冷)ホキ(角切) ▲小麦粉 食塩 水 △食用米油 ③●牛もも肉 つきこんにゃく ○(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●木綿豆腐 ▲じゃがいも ○(乾)わかめ □たまねぎ ■にんじん ■葉ねぎ かつお節(だし用) だし昆布 ●赤みそ ●中みそ 水 ⑤▲スイートポテト ⑥○牛乳	①▲ごはん ②●絞り豆腐 ▲コーンスターチ △食用米油 ●豚もも肉 □たまねぎ ■にんじん □(乾)しいたけ ■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 △白いりごま　水 ③●若鶏胸肉 ▲緑豆はるさめ □たまねぎ ■にんじん □ブラックマッペもやし □(乾)きくらげ ■葉ねぎ 中華スープの素 しょうゆ　清酒 食塩　こしょう △ごま油　水 ④□バナナ ⑤○牛乳	①▲レーズンパン ②●若鶏もも肉 白ワイン ▲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 ▲小麦粉 △ナタネサラダ油 ○牛乳 ○脱脂粉乳 コンソメ　食塩 こしょう　水 ③●ロースハム □キャベツ 食塩 ■ほうれんそう □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 地場産物の日 「ぶなしめじ」「パセリ」「ほうれんそう」「きゅうり」	①▲ごはん ●若鶏ミンチ ■にんじん □ごぼう □(乾)しいたけ ■こまつな △ナタネサラダ油 □しょうが しょうゆ 清酒 ▲さとう ②●鶏卵 ●木綿豆腐 □たまねぎ ■にんじん □えのきたけ ■葉ねぎ かつお節(だし用) だし昆布 しょうゆ 清酒 食塩 ▲コーンスターチ 水 ③○小魚アーモンド ④○牛乳	①▲ごはん ●若鶏もも肉 ●(冷)絹厚揚げ ▲さといも 食塩 ■にんじん □ごぼう □ぶなしめじ ■葉ねぎ かつお節(だし用) だし昆布 しょうゆ 清酒 食塩　水 ②○(冷)小いわし(唐揚げ用) △食用米油 食塩 ③○ちりめんいりこ ■こまつな □緑豆もやし(太もやし) ■にんじん △ごま油 しょうゆ 食塩 こしょう ④▲もみじまんじゅう ⑤○牛乳 郷土(広島県)に伝わる料理
栄養量	656 / 1.7	668 / 1.9	648 / 2.9	663 / 1.7	666 / 2.4	674 / 2.0	683 / 1.7	665 / 2.4	615 / 1.8	705 / 1.5

実施日	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	30日(月)
献立名	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みかん ⑤ぎゅうにゅう	①ごはん ②さわらのからあげ ③きんぴら ④ひろしまっこじる ⑤みかん ⑥ぎゅうにゅう	①こがたパン ②チョコブラック&ホワイト ③わふうスパゲッティ ④だいずサラダ ⑤ぎゅうにゅう	①ごはん ②おやこに ③すのもの ④チーズ ⑤ぎゅうにゅう	①ひろしまカレー(ポーク)（げんまいごはん） ②やさいソテー ③ブルーベリーゼリー ④ぎゅうにゅう	①ごはん ②にくじゃが ③ごまあえ ④なっとう ⑤ぎゅうにゅう	①パインパン ②あかうおのケチャップソースかけ ③レモンあえ ④やさいスープ ⑤チョコプリン ⑥ぎゅうにゅう	①げんりょうごはん ②かやくうどん ③ぶたにくのかくに ④くわいのからあげ ⑤みかん ⑥ぎゅうにゅう	①ごはん ②しそこんぶつくだに ③うまに ④レバーのからあげ ⑤はくさいのあかじそあえ ⑥ぎゅうにゅう
食材料名	①▲ごはん ②●牛肩肉 ●豚もも肉 ●大豆ミート ●木綿豆腐 □たまねぎ ■にんじん ■葉ねぎ △ごま油 □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 △白いりごま　水 ③●かつお(油漬) □だいこん 食塩 ■こまつな ■にんじん 食酢　しょうゆ ▲さとう △ごま油　食塩 ④□みかん ⑤○牛乳 地場産物の日 「ねぎ」「だいこん」「こまつな」「みかん」	①▲ごはん ②●(冷)さわら(角切) 食塩 こしょう ▲コーンスターチ △食用米油 ③●牛もも肉 つきこんにゃく □ごぼう ■にんじん △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう みりん ④●油揚げ ●凍り豆腐(細切) ▲じゃがいも □白菜 □たまねぎ ■にんじん □えのきたけ ■葉ねぎ ○ちりめんいりこ ●中みそ ●白みそ　水 ⑤□みかん ⑥○牛乳 食育の日 （わ食の日）	①▲基準パン ②△チョコブラック&ホワイト ③▲スパゲッティ 食塩 △ナタネサラダ油 ●牛肩肉 □たまねぎ ■にんじん □えのきたけ ■ほうれんそう △ナタネサラダ油 コンソメ しょうゆ 食塩 こしょう ○きざみ焼のり ④●ロースハム ●大豆(蒸し) □キャベツ 食塩 □きゅうり 食塩 ■にんじん △ﾏﾖﾈｰｽﾞ風調味料(ﾉﾝｴｯｸﾞ) 食酢 食塩 こしょう 洋がらし △半すり白いりごま ⑤○牛乳	①▲ごはん ②●若鶏もも肉 ●鶏卵 ●凍り豆腐(ダイス) ▲じゃがいも □たまねぎ ■にんじん □(乾)しいたけ ■葉ねぎ △ナタネサラダ油 しょうゆ 清酒 ▲さとう 食塩　水 ③●(冷)かまぼこ ○(冷)茎わかめ □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 地場産物の日 「鶏卵」「ねぎ」「だいこん」「きゅうり」	①▲玄米ごはん ●豚もも肉 赤ワイン ▲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 □ブルーンピューレ オイスターソース ウスターソース しょうゆ 食塩 こしょう ガラムマサラ　水 ②●若鶏胸肉 □キャベツ □ホールコーン ■にんじん △ナタネサラダ油 食塩　こしょう ③▲ブルーベリーゼリー ④○牛乳	①▲ごはん ②●牛もも肉 ●さつま揚げ(小麦不使用) ▲じゃがいも 糸こんにゃく □たまねぎ ■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(小麦不使用) □キャベツ 食塩 ■(冷)ほうれんそう ■にんじん しょうゆ ▲さとう △半すり白いりごま ④●納豆 ⑤○牛乳	①▲パインパン ②●(冷)赤魚(角切) 清酒 ▲コーンスターチ △食用米油 □トマトケチャップ ウスターソース ▲さとう 水 ③□キャベツ 食塩 ■にんじん □レモン果汁 ▲さとう 食塩 ④●ベーコン ●白いんげん豆(水煮) ▲じゃがいも □たまねぎ □白菜 ■にんじん □セロリ コンソメ 食塩 こしょう 水 ⑤▲チョコプリン ⑥○牛乳	①▲ごはん ②▲うどん(ゆで) ●牛もも肉 ●鶏卵 ●油揚げ □たまねぎ ■にんじん ■葉ねぎ 煮干し(だし用) しょうゆ 清酒 食塩 水 ③●豚もも肉 □しょうが しょうゆ ▲さとう 清酒 みりん ▲コーンスターチ 水 ④□くわい △食用米油 食塩 ⑤□みかん ⑥○牛乳 地場産物の日 「鶏卵」「ねぎ」「くわい」「みかん」	①▲ごはん ②○しそ昆布佃煮 ③●若鶏もも肉 ●さつま揚げ(小麦不使用) ●うずら卵 ●(冷)生揚げ ▲じゃがいも 板こんにゃく □だいこん ■にんじん しょうゆ ▲さとう みりん 水 ④●(冷)豚レバー ▲コーンスターチ △食用米油 ⑤□白菜 食塩 ■(乾)赤じそ粉 ⑥○牛乳
栄養量	664 / 1.8	681 / 1.9	664 / 2.2	660 / 2.2	665 / 1.8	651 / 1.9	682 / 2.5	686 / 2.0	704 / 2.6



※こんげつのおもな じばさんぶつ（よてい）


米



牛乳


ねぎ


だいこん


こまつな


みかん


鶏卵


きゅうり


ぶなしめじ


パセリ


ほうれんそう


くわい

※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