E１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ごはん ②ホキのからあげ ③ひじきのいために ④あかだし ⑤チーズ ⑥ぎゅうにゅう		①ごはん ②とりにくのたつたあげ ③きゅうりのしおもみ ④かきたまじる ⑤ぎゅうにゅう		①パン ②チョコブラック＆ホワイト ③クリームシチュー ④やさいソテー ⑤りんご ⑥ぎゅうにゅう		①げんまいごはん ②ぶたにくとだいこんのにもの ③れんこんとはるさめのサラダ ④かみかみこんぶ ⑤ぎゅうにゅう		①げんりょうごはん ②ひじきふりかけ ③わかめうどん ④ぶたレバーのカレーふうみあげ ⑤はくさいのこんぶあえ ⑥ぎゅうにゅう		①ふわふわどんぶり（ごはん） ②こまつなのいためもの ③みかん ④ぎゅうにゅう		①ごはん ②すきやき ③いもいもサラダ ④ぶどうゼリー ⑤ぎゅうにゅう		①リッチパン ②あかうおのレモンあげ ③おんやさい ④コーンスープ ⑤ぎゅうにゅう		①ごはん ②やきにく ③はるさめスープ ④みかん 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いちごプリン ⑤ぎゅうにゅう	
食材料名	①▲ごはん ②●(冷)ホキ(角切) 食塩 こしょう ▲でん粉 ▲コーンスターチ △食用米油 ③●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 ④●木綿豆腐 ●油揚げ ○(乾)わかめ □たまねぎ ■にんじん □えのきたけ ■葉ねぎ 煮干し(だし用) ●赤みそ ●白みそ 水 ⑤○角チーズ[Ca・鉄] ⑥○牛乳		①▲ごはん ②●若鶏もも肉 しょうゆ 清酒 □粉しょうが ▲でん粉 ▲コーンスターチ △食用米油 ③□きゅうり 食塩 ④●鶏卵(液卵) ●かまぼこ ●木綿豆腐 □たまねぎ ■にんじん ■葉ねぎ かつお節(だし用) だし昆布 しょうゆ 清酒 食塩 ▲でん粉 水 ⑤○牛乳		①▲基準パン ②△チョコブラック＆ホワイト ③●若鶏もも肉 ●白いんげん豆(ペースト) ▲じゃがいも □たまねぎ ■にんじん △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 ■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□りんご 食塩 ⑥○牛乳		①▲玄米ごはん ②●豚もも肉 ●(冷)生揚げ 板こんにゃく □だいこん ■にんじん △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう 清酒 食塩 △白いりごま 水 ③●かつお(スープ漬) ▲緑豆はるさめ □れんこん □きゅうり ■にんじん △ﾏﾖﾈｰｽﾞ風調味料(ﾉﾝｴｯｸﾞ) しょうゆ 食酢 こしょう ④○切昆布 ⑤○牛乳 「いい歯の日」		①▲ごはん ②○ひじきふりかけ ③▲うどん(ゆで) ●牛もも肉 ●油揚げ ○(乾)わかめ □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 ④●(冷)豚レバー カレー粉 ▲でん粉 ▲コーンスターチ △食用米油 ⑤□白菜 ○塩昆布佃煮 食塩 ⑥○牛乳		①▲ごはん ●豚もも肉 △ナタネサラダ油 □しょうが 清酒 ●鶏卵(液卵) ●木綿豆腐 □たまねぎ ■にんじん ■葉ねぎ しょうゆ ▲さとう みりん 食塩 ▲でん粉　水 ②●牛もも肉 △ナタネサラダ油 ■こまつな □キャベツ ■にんじん □(乾)きくらげ △ごま油 しょうゆ 食塩 こしょう ③□みかん ④○牛乳 地場産物の日 「葉ねぎ」「こまつな」		①▲ごはん ②●広島和牛 ●焼き豆腐 糸こんにゃく ▲焼きふ □白菜 □たまねぎ □えのきたけ ■葉ねぎ △ナタネサラダ油 しょうゆ ▲さとう　清酒 ③●ロースハム ▲じゃがいも ▲さといも ■こまつな △ナタネサラダ油 食酢 ▲さとう 食塩　こしょう 洋がらし ④▲ぶどうゼリー ⑤○牛乳 「おいしい！広島」プロジェクト 地場産物の日 「牛肉」「えのきたけ」 「葉ねぎ」「こまつな」		①▲リッチパン ②●(冷)赤魚(角切) ▲でん粉 ▲コーンスターチ △食用米油 しょうゆ ▲さとう みりん □レモン果汁 水 ③■(冷)ブロッコリー 食塩 ④●若鶏胸肉 □たまねぎ □(冷)ホールコーン □クリームコーン ■にんじん ○牛乳 ○脱脂粉乳 クリームポタージュの素 コンソメ 食塩 こしょう 水 ⑤○牛乳		①▲ごはん ②●牛もも肉 しょうゆ ▲さとう みりん 清酒 △ナタネサラダ油 □しょうが □おろしにんにく □たまねぎ ■にんじん ■ピーマン しょうゆ ▲さとう ③●ベーコン ▲緑豆はるさめ □たまねぎ ■にんじん □(乾)きくらげ ■チンゲンサイ 中華スープの素 しょうゆ 清酒 食塩 こしょう △ごま油 水 ④□みかん ⑤○牛乳		①▲ごはん ②●牛もも肉 ●豚もも肉 ●木綿豆腐 □たまねぎ ■にんじん ■にら △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 △白いりごま 水 ③●かつお(スープ漬) □だいこん □きゅうり ■にんじん 食酢 しょうゆ ▲さとう 食塩 △ごま油 ④▲いちごプリン ⑤○牛乳	
栄養量	651	2.5	664	1.6	678	2.3	638	1.6	638	2.5	623	1.8	691	1.9	682	2.4	664	1.9	653	2.0

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にくじゃが ③やさいいため ④スイートポテト ⑤ぎゅうにゅう		①かべさんごはん ②さばのしおやき ③きんぴら ④ひろしまっこじる ⑤ぎゅうにゅう		①セルフミンチカツバーガー（きりめいりパン） ②とりにくとやさいのスープに ③ぎゅうにゅう		①ひろしまカレー(ビーフ)（ごはん） ②しろいんげんまめのサラダ ③レモンゼリー 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おひたし ④もみじまんじゅう ⑤ぎゅうにゅう		①ごはん ②ぎおんパセリかおるとりにくのレモンソテー ③こめめんじる ④みかん ⑤ぎゅうにゅう		①こがたパインパン ②ミートビーンズスパゲッティ ③カルちゃんフレンチサラダ ④こざかなアーモンド 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ぎゅうにゅう		①ごはん ②おでん ③おかかあえ ④みかん ⑤ぎゅうにゅう	
食材料名	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●豚もも肉 △ナタネサラダ油 □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 ④▲スイートポテト ⑤○牛乳		①▲ごはん ②●(冷)さば(切身) 清酒 食塩 ③●牛もも肉 ●さつま揚げ(小麦不使用) □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) ▲さつまいも □だいこん □たまねぎ ■にんじん ■葉ねぎ ○ちりめんいりこ ●中みそ ●白みそ 水 ⑤○牛乳 食育の日 （わ食の日） 地域献立 （可部地区）		①▲基準パン ●(冷)ミンチカツ △食用米油 □キャベツ 中濃ソース ②●若鶏もも肉 ▲じゃがいも □たまねぎ □キャベツ ■にんじん △ナタネサラダ油 コンソメ 食塩 こしょう 水 ③○牛乳		①▲ごはん ●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 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 □プルーンピューレ オイスターソース ウスターソース 食塩　こしょう ガラムマサラ　水 ②●ロースハム ●白いんげん豆(水煮) □キャベツ □きゅうり ■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 ③▲レモンゼリー ④○牛乳		①▲ごはん ●若鶏もも肉 ●(冷)絹厚揚げ ▲さといも　食塩 □だいこん ■にんじん □ぶなしめじ ■葉ねぎ だし昆布 かつお節(だし用) しょうゆ　清酒 食塩 ▲でん粉　水 ②○(冷)小いわし ▲でん粉 ▲コーンスターチ △食用米油　食塩 ③□キャベツ ■ほうれんそう ■にんじん しょうゆ ④▲もみじまんじゅう ⑤○牛乳 地場産物の日 「ぶなしめじ」「葉ねぎ」 「小いわし」「ほうれんそう」 郷土(広島県)に伝わる料理		①▲ごはん ②●若鶏もも肉 食塩 こしょう ■パセリ △ﾏﾖﾈｰｽﾞ風調味料(ﾉﾝｴｯｸﾞ) しょうゆ □レモン果汁 水 ③▲(乾)米めん ●ちくわ(小麦不使用) □たまねぎ ■にんじん □だいこん ■葉ねぎ かつお節(だし用) だし昆布 しょうゆ 清酒 食塩 水 ④□みかん ⑤○牛乳 児童考案献立 地場産物の日 「パセリ」「米麺」 「葉ねぎ」「みかん」		①▲パインパン ②▲スパゲッティ 食塩 △ナタネサラダ油 ●豚もも肉 ●レンズ豆(蒸し) □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 □トマトペースト ウスターソース しょうゆ コンソメ ▲さとう　食塩 こしょう　水 ③●かつお(スープ漬) ○ちりめんいりこ ○(乾)芽ひじき しょうゆ □キャベツ ■こまつな ■にんじん △ナタネサラダ油 食酢 ▲さとう　食塩 こしょう　洋がらし ④○小魚アーモンド ⑤○牛乳		①▲栗ごはん ②●(冷)さけ(角切) 食塩 こしょう ▲でん粉 ▲コーンスターチ △食用米油 ③□だいこん ■にんじん しょうゆ 食塩 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○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●牛もも肉 ●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 みりん 食塩 水 ③□白菜 ■こまつな ■にんじん ●かつお節(和え物用) しょうゆ ④□みかん ⑤○牛乳 今月のテーマ 「かぜを予防する食事について知ろう」	
栄養量	648	1.5	633	2.0	650	3.1	700	1.8	765	1.4	649	1.8	637	2.5	630	1.6	648	1.5

※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