






5月 学校給食献立表

令和8年度発行
東広島北部学校給食センター

日(曜)	1(金)	7(木)	8(金)	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)										
献立	牛乳 ごはん 生揚げと野菜のみそ炒め じゃがいものしそひじきあえ	牛乳 コッペパン ミートソースパグッティ コーンマヨサラダ	牛乳 ごはん さばの照り焼き 赤しそあえ けんちん汁 抹茶デザート	牛乳 ごはん 呉の肉じゃが 大豆の磯香あえ	牛乳 ごはん 豚二郎炒め シャキッとポテトのごまあえ ヨーグルト	牛乳 豆ごはん 炒り豆腐 わかめの酢の物	牛乳 コッペパン 鶏肉の香草焼き 夏みかんのサラダ 熱く燃える!!Cスープ	牛乳 ごはん カレイの甘酢漬け 米粉めん汁	 <p>5月5日の端午の節句には、こいのぼりを揚げ、鎧兜を飾ります。</p> <p>こいのぼりは、困難や逆境を乗り越え、立派な人に成長しますようにと願って揚げます。鎧兜は、病気や災厄から大切な子どもたちを守ってくれるように願って飾ります。</p> <p>5月5日は、「こどもの日」として国民の祝日にもなっています。</p> <h2>端午の節句 食べ物</h2>  <p>かしわも</p>  <p>ちまき</p>									
献立の材料	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 豚肉 ○ 料理酒 △ おろししょうが △ おろしにんにく △ たけのこ △ にんじん △ たまねぎ △ キャベツ △ 絹揚げ △ ピーマン △ 三温糖 ○ みりん風調味料 ○ 赤みそ ○ 中みそ ○ こいくちしょうゆ ○ じゃがいもでん粉 水 □ じゃがいも □ にんじん △ こまつな △ しそひじきの佃煮 △ うすくちしょうゆ ○	牛乳 ○ コッペパン □ カットスパグッティ □ 牛ひき肉 ○ 豚ひき肉 ○ 料理酒 △ おろしにんにく △ にんじん △ たまねぎ △ マッシュルーム △ パセリ(乾) △ トマト缶 △ トマトケチャップ △ ウスターソース △ 丸鶏使用がらスープ △ 塩 △ こしょう △ 水 ○ チキンハム ○ きゅうり △ キャベツ △ にんじん △ とうもろこし △ カレールウ △ パセリ △ こしょう △ 水 ○	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 さば ○ なたね油 ○ おろししょうが △ 三温糖 □ こいくちしょうゆ △ みりん風調味料 □ じゃがいもでん粉 水 □ キャベツ △ 赤しそ(乾) △ 木綿豆腐 ○ 油揚げ ○ ごぼう △ だいこん △ にんじん △ 板こんにゃく △ 干し椎茸 △ ねぎ △ だし煮干し △ こいくちしょうゆ △ とうもろこし △ うすくちしょうゆ △ カレールウ △ パセリ △ こしょう △ 水 ○ ごま油 □ 水 □ 抹茶デザート □	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 牛肉 ○ 料理酒 △ じゃがいも □ たまねぎ △ 糸こんにゃく △ 三温糖 □ こいくちしょうゆ △ みりん風調味料 □ 水 ○ 大豆(ゆで) ○ こまつな △ もやし △ にんじん △ 素干しのり △ 三温糖 △ こいくちしょうゆ △ 酢 ○ 白ごま ○ 白すりごま ○ ヨーグルト ○	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 豚肉 ○ おろししょうが △ トウバンジャン △ 料理酒 △ もやし △ たまねぎ △ にんじん △ 干し椎茸 △ ごぼう △ ねぎ △ 三温糖 △ こいくちしょうゆ △ 塩 △ こしょう △ 水 ○ じゃがいも □ にんじん △ こまつな △ 三温糖 △ もやし △ にんじん △ 酢 ○ 白ごま ○ 白すりごま ○ ヨーグルト ○	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 豆ごはん △ 炒り豆腐 △ わかめの酢の物 △ 鶏肉 ○ なたね油 ○ 香草焼きソース △ 料理酒 △ 木綿豆腐 △ たまねぎ △ にんじん △ 干し椎茸 △ ごぼう △ ねぎ △ 三温糖 △ こいくちしょうゆ △ 塩 △ こしょう △ 水 ○ ベーコン ○ ちりめん ○ 料理酒 △ パプリカ(粉) △ たまねぎ △ じゃがいも △ にんじん △ しめじ △ トマト缶 △ えだまめ △ 丸鶏使用がらスープ △ トマトピューレ △ トマトケチャップ △ 三温糖 □ 塩 △ こしょう △ 水 ○	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 カレイ △ でん粉付き揚げ油 △ たまねぎ △ にんじん △ ピーマン △ 酢 △ 三温糖 □ こいくちしょうゆ △ 一味唐辛子 ○ 鶏肉 ○ 油揚げ △ 米粉めん汁 △ にんじん △ たまねぎ △ しめじ △ ねぎ △ だし昆布 △ 混合削り節 △ こいくちしょうゆ △ うすくちしょうゆ △ 料理酒 △ 塩 △ 水 ○	エネルギー 598 kcal 食塩相当量 1.5 g		エネルギー 613 kcal 食塩相当量 2.2 g	エネルギー 645 kcal 食塩相当量 1.7 g	エネルギー 598 kcal 食塩相当量 1.4 g	エネルギー 612 kcal 食塩相当量 1.4 g	エネルギー 620 kcal 食塩相当量 2.6 g	エネルギー 597 kcal 食塩相当量 2.1 g	エネルギー 624 kcal 食塩相当量 1.5 g		
日(曜)	18(月)	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)								
献立	牛乳 ごはん ポークカレー そら豆のサラダ	牛乳 古代米ごはん かつおの揚げ煮 アスパラガスのごまあえ ゆめまる汁	牛乳 ごはん 高野豆腐の卵とじ もち玄米あえ	牛乳 リッチパン フェイスジョアード フレンチチーズサラダ	牛乳 ごはん タッカルビ ナムル	牛乳 ごはん がんもどきの五目煮 切干大根の甘酢あえ	牛乳 ごはん 白身魚フライ 昆布あえ 新玉ねぎのみそ汁	牛乳 ごはん 大豆とうすら卵のさっぱり煮 ちりめんあえ	牛乳 コッペパン ハムステーキ コーンスローサラダ クリームスープ	牛乳 ごはん えびと豆腐の中華煮 パンサンサー								
献立の材料	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 豚肉 ○ 料理酒 △ おろしにんにく △ 揚げ油 △ じゃがいも △ たまねぎ △ にんじん △ グリーンピース △ カレールウ △ トマトケチャップ △ ウスターソース △ こしょう △ 水 ○ キャベツ △ にんじん △ そら豆 △ なたね油 △ 三温糖 □ 酢 ○ 塩 △ こしょう △ 水 ○	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 玄米 黒米 赤米 □ かつおでん粉付き揚げ油 ○ にんじん △ おろししょうが △ たまねぎ △ 三温糖 □ みりん風調味料 △ 料理酒 △ こいくちしょうゆ △ アスパラガス △ キャベツ △ にんじん △ 白ごま □ 白すりごま □ 三温糖 □ こいくちしょうゆ △ 絹揚げ(ミニ) △ たまねぎ △ 三温糖 △ にんじん △ じゃがいも △ しめじ △ にら △ だし煮干し △ 中みそ ○ 水 ○	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 鶏肉 ○ 料理酒 △ おろしにんにく △ ミックスビーンズ △ にんじん △ たまねぎ △ じゃがいも △ さつま揚げ △ 高野豆腐 △ たまご △ パセリ(乾) △ さやいんげん △ 三温糖 △ こいくちしょうゆ △ みりん風調味料 □ もち玄米 □ キャベツ △ きゅうり △ にんじん △ ダイスチーズ △ 三温糖 □ なたね油 □ こしょう △ 水 ○	牛乳 ○ リッチパン □ 豚肉 ○ 料理酒 △ おろしにんにく △ ミックスビーンズ △ にんじん △ たまねぎ △ じゃがいも △ マッシュルーム △ パセリ(乾) △ 丸鶏使用がらスープ △ こしょう △ 水 ○ キャベツ △ にんじん △ きゅうり △ ダイスチーズ △ 三温糖 □ なたね油 □ こしょう △ 水 ○	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 鶏肉 ○ 料理酒 △ おろししょうが △ おろしにんにく △ 板こんにゃく △ にんじん △ じゃがいも △ たまねぎ △ にんじん △ ごぼう △ しいたけ △ さつま揚げ △ さやいんげん △ 三温糖 △ こいくちしょうゆ △ みりん風調味料 □ 水 ○ こまつな △ もやし △ にんじん △ 三温糖 △ うすくちしょうゆ △ 酢 ○ 切干しだいこん △ きゅうり △ にんじん △ 三温糖 △ うすくちしょうゆ △ 水 ○	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 白身魚フライ △ 揚げ油 △ もやし △ こまつな △ 塩昆布 △ うすくちしょうゆ △ 木綿豆腐 △ 油揚げ △ たまねぎ △ にんじん △ しめじ △ さやいんげん △ 三温糖 △ 酢 ○ こしょう △ なたね油 △ 鶏肉 ○ 料理酒 △ シェルフマカロニ △ にんじん △ たまねぎ △ じゃがいも △ しめじ △ にら △ だし煮干し △ 中みそ ○ 水 ○ ちりめん ○ もやし △ にんじん △ 三温糖 △ きゅうり △ 三温糖 △ こいくちしょうゆ △ 水 ○	牛乳 ○ コッペパン □ ポークカレー △ なたね油 □ 豚肉 ○ 料理酒 △ おろしにんにく △ 揚げ油 △ たまねぎ △ にんじん △ むきえび △ 木綿豆腐 △ にんじん △ たまねぎ △ 三温糖 △ 酢 △ 塩 △ こしょう △ なたね油 △ 鶏肉 ○ 料理酒 △ 丸鶏使用がらスープ △ 塩 △ じゃがいもでん粉 □ 水 ○ チキンハム ○ もやし △ きゅうり △ にんじん △ 米粉 △ 調理用牛乳 △ 塩 △ こしょう △ 水 ○ ごま油 □	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 豚肉 ○ 料理酒 △ おろしにんにく △ 揚げ油 △ じゃがいも △ たまねぎ △ にんじん △ むきえび △ 木綿豆腐 △ にんじん △ たまねぎ △ 三温糖 △ 酢 △ 塩 △ こしょう △ なたね油 △ 鶏肉 ○ 料理酒 △ 丸鶏使用がらスープ △ 塩 △ じゃがいもでん粉 □ 水 ○ チキンハム ○ もやし △ きゅうり △ にんじん △ 米粉 △ 調理用牛乳 △ 塩 △ こしょう △ 水 ○ ごま油 □	エネルギー 608 kcal 食塩相当量 2.2 g	エネルギー 617 kcal 食塩相当量 1.8 g	エネルギー 598 kcal 食塩相当量 1.7 g	エネルギー 587 kcal 食塩相当量 2.1 g	エネルギー 596 kcal 食塩相当量 1.2 g	エネルギー 610 kcal 食塩相当量 1.6 g	エネルギー 593 kcal 食塩相当量 1.8 g	エネルギー 629 kcal 食塩相当量 1.4 g	エネルギー 590 kcal 食塩相当量 2.3 g	エネルギー 587 kcal 食塩相当量 1.5 g

※物資の都合により、献立を変更することがあります。 ※栄養価は4年生です。
 ※○△□について…○：おもに体をつくるものになる食品(赤) △：おもに体の調子を整えるものになる食品(緑) □：おもに体エネルギーのもとになる食品(黄) (こんにゃくは、いも類(黄)に分類されますが、体内の働きで「おもに体の調子を整えるものになる食品(緑)」に分類)