



5月 学校給食献立表

令和7年度発行
東広島北部学校給食センター

A献立(中学校)

日(曜)	1(木)	2(金)	7(水)	8(木)	9(金)	12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)
献立	牛乳 ごはん チャプチェ ナムル	牛乳 ごはん 親子煮 大豆のおかかあえ	牛乳 コッペパン 白いんげん豆のクリーム煮 夏みかんのサラダ	牛乳 ごはん カレイの甘酢漬け おこめん汁	牛乳 ごはん えびと豆腐の中華煮 パンサンスー	牛乳 豆ごはん 炒り豆腐 わかめの酢の物	牛乳 ごはん 豚ニラ炒め シャキッとポテトのごまあえ レモンゼリー	牛乳 コッペパン ハムステーキ フレンチーズサラダ 熱く燃えろ!!Cスープ	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 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
献立の材料	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 豚肉 ○ おろししょうが △ おろしにんにく △ 料理酒 たまねぎ △ たけのこ △ にんじん △ 干し椎茸 △ はるさめ □ チンゲンサイ △ 丸鶏使用がらスープ 三温糖 □ こいくちしょうゆ オイスターソース ごま油 □ 塩 こしょう 水 チキンハム ○ ほうれんそう △ もやし △ にんじん △ 三温糖 □ こいくちしょうゆ ごま油 □ 塩 こしょう	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 鶏肉 ○ 料理酒 たまねぎ △ じゃがいも □ にんじん △ 板こんにゃく △ いんげん △ たまご ○ 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 △ 和え物用花かつお ○ 三温糖 □ こいくちしょうゆ 塩 こしょう	牛乳 ○ コッペパン □ 鶏肉 ○ 料理酒 白いんげんまめ(乾) ○ たまねぎ △ にんじん △ ピーマン □ マッシュルーム △ パセリ(乾) △ 有塩バター □ 丸鶏使用がらスープ 米粉 □ 調理用牛乳 ○ 塩 こしょう 水 なつみかん(缶詰) △ キャベツ △ きゅうり △ にんじん △ なたね油 □ 三温糖 □ 塩 こしょう	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 ○ かまぼこ赤 ○ おこめん △ たまねぎ △ にんじん △ 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 こしょう 水	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 △ おろししょうが △ むきえび ○ 木綿豆腐 ○ にんじん △ たまねぎ △ 干し椎茸 △ たけのこ △ しいたけ △ チンゲンサイ △ こいくちしょうゆ 丸鶏使用がらスープ 塩 でん粉 □ 水 チキンハム ○ もやし △ きゅうり △ にんじん △ はるさめ □ 白ごま □ 三温糖 □ こいくちしょうゆ 酢 ごま油 □	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 豆ごはん △ 鶏肉 ○ 料理酒 木綿豆腐 ○ さつま揚げ ○ たまねぎ △ にんじん △ 干し椎茸 △ ごぼう △ ねぎ △ 三温糖 □ 塩 こいくちしょうゆ みりん風調味料 水 ツナ油漬け ○ カットわかめ ○ きゅうり △ もやし △ にんじん △ 酢 △ 白ごま □ 白すりごま 三温糖 □ うすくちしょうゆ 塩 こしょう	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 豚肉 ○ おろししょうが △ もやし △ たまねぎ △ にんじん △ キャベツ △ にら △ こいくちしょうゆ 三温糖 □ 塩 こしょう 鶏肉 ○ 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 △ ダイストマト缶詰 △ えだまめ △ 丸鶏使用がらスープ トマトジュース △ トマトケチャップ 三温糖 □ 塩 こしょう 水	牛乳 ○ コッペパン □ 精白米 学校給食用強化米 黒米 □ 鶏肉 ○ 料理酒 ミニがんもどき ○ 板こんにゃく △ にんじん △ ダイスチーズ ○ 三温糖 □ 酢 なたね油 □ 塩 こしょう 鶏肉 ○ 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 △ ダイストマト缶詰 △ えだまめ △ 丸鶏使用がらスープ トマトジュース △ 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 黒米 □ 鶏肉 ○ 料理酒 ミニがんもどき ○ 揚げ油 □ おろししょうが △ 三温糖 □ みりん風調味料 水 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 △ 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 黒米 □ 鶏肉 ○ 料理酒 ミニがんもどき ○ 揚げ油 □ おろししょうが △ 三温糖 □ みりん風調味料 水 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 △ にんじん △ じゃがいも □ しめじ △ にら △ だし煮干し 中みそ ○ 水
エネ 食塩	691 kcal 1.9 g	738 kcal 1.6 g	717 kcal 2.8 g	739 kcal 2.1 g	719 kcal 2.0 g	716 kcal 3.7 g	695 kcal 1.5 g	702 kcal 3.4 g	744 kcal 2.2 g	748 kcal 2.3 g
日(曜)	19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)
献立	牛乳 ごはん 高野豆腐のうま煮 つけものあえ	牛乳 ごはん 揚げしゅうまい もやしのごま酢あえ ちゃんぽんスープ	牛乳 バターパン フェイジョアード カラフルツナサラダ	牛乳 ごはん 呉の肉じゃが 大豆の磯香あえ	牛乳 ごはん しらす卵焼き 小松菜とひじきのあえもの 豚汁	牛乳 ごはん 八宝菜 おこめんの中華あえ	牛乳 ごはん チキンカレー そら豆のサラダ	牛乳 コッペパン 魚のバーベキューソース 添え野菜 レタスと卵のスープ	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 ごはん チキンカツ ぶちっと玄米あえ 新玉ねぎのみそ汁
献立の材料	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 鶏肉 ○ 料理酒 高野豆腐 ○ さつま揚げ ○ 干し椎茸 △ たけのこ △ にんじん △ じゃがいも □ 板こんにゃく △ いんげん △ 三温糖 □ こいくちしょうゆ みりん風調味料 水 キャベツ △ にんじん △ こまつな △ せん切りたくあん △ 三温糖 □ うすくちしょうゆ	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 しゅうまい ○ 揚げ油 □ もやし △ こまつな △ にんじん △ 三温糖 □ こいくちしょうゆ 酢 白ごま □ 豚肉 ○ 料理酒 おろしにんにく △ いか ○ 細切りかまぼこ ○ たまねぎ △ にんじん △ キャベツ △ 干し椎茸 △ ねぎ △ 丸鶏使用がらスープ 豚骨スープ白湯 うすくちしょうゆ 料理酒 みりん風調味料 塩 こしょう 水	牛乳 ○ バターパン □ ウインナースライス ○ 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 塩 こしょう 水 ツナ油漬け ○ キャベツ △ ピーマン △ あかピーマン △ きピーマン △ 酢 三温糖 □ 塩 こしょう なたね油 □	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 △ 板こんにゃく △ 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 三温糖 □ 塩 こしょう なたね油 □	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 しらす卵焼き ○ なたね油 □ 干ひじき ○ こまつな △ キャベツ △ にんじん △ 三温糖 □ こいくちしょうゆ 酢 豚肉 ○ にんじん △ 板こんにゃく △ 絹揚げ(ミニ) ○ じゃがいも □ たまねぎ △ ごぼう △ ねぎ △ だし煮干し 中みそ ○ 水 おこめん チキンハム きゅうり にんじん カットわかめ 酢 こいくちしょうゆ 三温糖 塩 ごま油	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 △ いか ○ たまねぎ △ にんじん △ グリーンピース △ カレールウ △ にんじん △ きくらげ(乾・スライス) △ チンゲンサイ △ 三温糖 □ こいくちしょうゆ 丸鶏使用がらスープ オイスターソース でん粉 □ 塩 こしょう 水 おこめん チキンハム きゅうり にんじん カットわかめ 酢 こいくちしょうゆ 三温糖 塩 ごま油	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 △ 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 △ にんじん △ きくらげ(乾・スライス) △ チンゲンサイ △ 三温糖 □ こいくちしょうゆ 丸鶏使用がらスープ ウスターソース こしょう 水 ツナ油漬け キャベツ にんじん そら豆 なたね油 三温糖 酢 レモンゼリー	牛乳 ○ コッペパン □ 精白米 学校給食用強化米 ホキでん粉付き ○ 揚げ油 □ すりおろしりんご △ おろしにんにく △ こいくちしょうゆ 料理酒 三温糖 □ 水 キャベツ △ にんじん △ 鶏肉 ○ 料理酒 たまご ○ じゃがいも □ たまねぎ △ にんじん △ レタス △ 丸鶏使用がらスープ こいくちしょうゆ 塩 こしょう 水	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 △ たけのこ △ にんじん △ たまねぎ △ キャベツ △ しいたけ △ 絹揚げ ○ ピーマン △ 三温糖 □ みりん風調味料 赤みそ ○ こいくちしょうゆ 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 ○ 精白米 学校給食用強化米 チキンカツ ○ 揚げ油 □ もち玄米 □ キャベツ △ きゅうり △ にんじん △ とうもろこし △ 三温糖 □ こいくちしょうゆ 酢 木綿豆腐 ○ 油揚げ ○ たまねぎ △ にんじん △ しめじ △ ねぎ △ だし煮干し 中みそ ○ 水
エネ 食塩	722 kcal 2.0 g	771 kcal 2.2 g	737 kcal 3.1 g	731 kcal 1.7 g	694 kcal 2.3 g	696 kcal 2.0 g	756 kcal 2.7 g	692 kcal 3.3 g	723 kcal 2.0 g	714 kcal 2.3 g

※物資の都合により、献立を変更することがあります。
※○△□について…○：おもに体をつくるもとになる食品（赤） △：おもに体の調子を整えるもとになる食品（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とになる食品(緑)」に分類）