



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(小学校)

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 ジャキツとポテトのごまあえ レモンゼリー	牛乳 ごはん コッペパン ハムステーキ フレンチーズサラダ 熱く燃える!!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 ごはん 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 △ じゃがいも △ にんじん △ 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 揚げ油 たまねぎ △ じゃがいも □ にんじん △ 板こんにやく △ 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	牛乳 ○ コッペパン □ 鶏肉 ○ 料理酒 揚げ油 白いんげんまめ(乾) ○ たまねぎ △ にんじん △ じゃがいも □ 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 □ 酢 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 水	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 豚肉 ○ 料理酒 揚げ油 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 △ ごぼう △ ねぎ △ 三温糖 □ こいくちしょうゆ △ 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 □ うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ ごま油 □	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 豆ごはんのものと △ 鶏肉 ○ 料理酒 揚げ油 木綿豆腐 ○ さつま揚げ ○ 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 △ 白ごま □ 白すりごま □ レモンゼリー □ ツナ油漬け カットわかめ ○ きゅうり ○ もやし △ にんじん △ 酢 △ 三温糖 □ うすくちしょうゆ 塩 おこめん チキンハム きゅうり にんじん カットわかめ 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 ○ おろししょうが △ 料理酒 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 チキンハム ○ じゃがいも □ にんじん △ こまつな △ 三温糖 □ こいくちしょうゆ 酢 白ごま □ 白すりごま □ レモンゼリー □ ツナ油漬け カットわかめ ○ きゅうり ○ もやし △ にんじん △ 酢 △ 三温糖 □ うすくちしょうゆ 塩 おこめん チキンハム きゅうり にんじん カットわかめ こいくちしょうゆ 三温糖 塩 ごま油	牛乳 ○ コッペパン □ ぼろニラセージ ○ なたね油 □ 鶏肉 ○ キャベツ △ にんじん △ きゅうり △ ダイスチーズ ○ 三温糖 □ しいたけ △ 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 ひろしま給食	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 鶏肉 ○ 料理酒 ミニがんもどき ○ 板こんにやく △ にんじん △ じゃがいも □ ごぼう △ しいたけ △ さつま揚げ ○ いんげん △ 三温糖 □ こいくちしょうゆ みりん風調味料 水 塩昆布 ○ 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 酢 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 かつおでん粉付き ○ 揚げ油 □ おろししょうが △ 三温糖 □ みりん風調味料 料理酒 ごぼう △ しいたけ △ こいくちしょうゆ 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 食育の日
エネ食塩	571 kcal 1.4 g	606 kcal 1.3 g	569 kcal 2.0 g	614 kcal 1.6 g	595 kcal 1.5 g	582 kcal 2.7 g	582 kcal 1.3 g	564 kcal 2.4 g	614 kcal 1.8 g	617 kcal 1.8 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 フェイジョアダ カラフルツナサラダ	牛乳 ごはん 奥の肉じゃが 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 □ 板こんにやく △ 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 △ きゅうり △ 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 □ 豚肉 ○ 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 □ 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 △ にんじん △ 糸こんにやく △ 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 △ 板こんにやく △ 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	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 ○ たけのこ △ たまねぎ △ グリーンピース △ キャベツ △ 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 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 おろしにんにく △ じゃがいも □ たまねぎ △ にんじん △ キャベツ △ にら △ こいくちしょうゆ 酢 白ごま □ 白すりごま □ レモンゼリー □ ツナ油漬け 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 ○ コッペパン □ 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 △ 塩 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 うすくちしょうゆ 塩 こしょう でん粉 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	590 kcal 1.7 g	617 kcal 1.6 g	581 kcal 2.4 g	601 kcal 1.4 g	581 kcal 1.9 g	576 kcal 1.6 g	623 kcal 2.2 g	552 kcal 2.5 g	597 kcal 1.5 g	598 kcal 1.9 g

※物資の都合により、献立を変更することがあります。

※1人分量と栄養価は4年生の量です。

※○△□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）（こんにやくは、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）