



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

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 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 チキンカツ ぶちっと玄米あえ 新玉ねぎのみそ汁		牛乳 ごはん 鮭の塩焼き 赤じそあえ 相性汁		牛乳 コッペパン ペンネのミートソース煮 スナッブえんどうのサラダ		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 カレーの甘酢漬け おこめん汁		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 高野豆腐のうま煮 つけものあえ		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 チキンカレー そら豆のサラダ	
		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 △ じゃがいも □ キャベツ △ 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 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		牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 鮭 ○ 塩 ○ なたね油 □ キャベツ △ きゅうり △ にんじん △ 赤じそ(乾) △ ベーコン ○ じゃがいも □ たまねぎ △ にんじん △ 糸こんにゃく △ ねぎ △ だし煮干し △ 中みそ ○ 調理用牛乳 ○ こしょう 水		牛乳 ○ コッペパン □ ペンネ □ 牛ひき肉 ○ 豚ひき肉 ○ 料理酒 △ おろしにんにく △ おろししょうが △ たまねぎ △ にんじん △ 刻み大豆 ○ マッシュルーム △ ダイストマト缶詰 △ パセリ(乾) △ 三温糖 □ 丸鶏使用がらスープ △ デミグラスソース △ トマトピューレ △ トマトケチャップ △ ウスターソース △ こしょう 水 スナッブえんどう △ キャベツ △ にんじん △ きゅうり △ 「ハエガ」マヨネーズ □ 酢 塩 こしょう		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 △ たまねぎ △ にんじん △ たまねぎ △ 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 カレーでん粉付き ○ 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 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 △ せん切りたくあん △ 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 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 □ こしょう 鶏肉 ○ ちりめん ○ 料理酒 パブリカ(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 □ 鶏肉 ○ 料理酒 「ローソクセージ」 なたね油 □ キャベツ △ にんじん △ じゃがいも △ きゅうり △ 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 パブリカ(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 コッペパン □ 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 △ カレールー △ トマトケチャップ ウスターソース こしょう 水	
エネ 食塩		569 kcal 2.0 g		598 kcal 1.9 g		578 kcal 1.9 g		623 kcal 2.2 g		597 kcal 1.5 g		614 kcal 1.6 g		581 kcal 1.9 g		590 kcal 1.7 g		564 kcal 2.4 g		623 kcal 2.2 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 古代米ごはん かつおの揚げ煮 アスバラガスのごまあえ ゆめまる汁		牛乳 ごはん がんとどきの五目煮 切干大根の甘酢あえ		牛乳 ごはん 八宝菜 おこめんの中華あえ		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 豆ごはん 炒り豆腐 わかめの酢の物		牛乳 ごはん 呉の肉じゃが 大豆の磯香あえ		牛乳 ごはん えびと豆腐の中華煮 パンサンスー		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 ごはん 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 チャブチェ ナムル	
		牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 □ 黒米 □ 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 こいくちしょうゆ 水 アスバラガス △ 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 鶏肉 ○ 料理酒 ミニがんとどき ○ 板こんにゃく △ 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 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 みりん風調味料 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 □ 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 △ ミックスピーンズ ○ にんじん △ たまねぎ △ じゃがいも □ キャベツ △ マッシュルーム △ パセリ(乾) △ 丸鶏使用がらスープ △ 三温糖 △ 三温糖 □ こしょう こいくちしょうゆ 水 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 □ ごま油 □		牛乳 ○ バターパン □ 豚肉 ○ ワインナースライス ○ 料理酒 おろしにんにく △ ミックスピーンズ ○ にんじん △ たまねぎ △ じゃがいも □ キャベツ △ マッシュルーム △ パセリ(乾) △ 丸鶏使用がらスープ △ 三温糖 △ 三温糖 □ 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 △ 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 豆ごはんのもと △ 鶏肉 ○ 料理酒 おろししょうが △ 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 □ こいくちしょうゆ みりん風調味料 水 カットわかめ ○ きゅうり △ もやし △ にんじん △ 酢 △ 三温糖 □ 塩 こしょう うすくちしょうゆ 塩		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 塩		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 △ 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 こしょう 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 白ごま □ 白すりごま □ レモンゼリー □ ごま油 □		牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 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 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 ○ 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 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 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 ○ 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 コッペパン □ 豚肉 ○ 料理酒 おろしにんにく △ おろししょうが △ こいくちしょうゆ 料理酒 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 ○ 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	
エネ 食塩		617 kcal 1.8 g		614 kcal 1.8 g		576 kcal 1.6 g		581 kcal 2.4 g		580 kcal 2.6 g		601 kcal 1.4 g		595 kcal 1.5 g		577 kcal 1.2 g		552 kcal 2.5 g		567 kcal 1.4 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）