



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 スナッパえんどうのサラダ		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 カレイの甘酢漬け 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 □ 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 にんじん △ 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 △ 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 おろししょうが △ たけのこ △ にんじん △ おろししょうが △ たまねぎ △ にんじん △ キャベツ △ 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 □ みりん風調味料 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 スナッパえんどう △ キャベツ △ にんじん △ きゅうり △ ノンエッグ 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 △ たけのこ △ にんじん △ ピーマン △ たまねぎ △ キャベツ △ しいたけ △ 絹揚げ ○ ビーマン △ 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 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 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		牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 料理酒 高野豆腐 ○ さつま揚げ ○ 干し椎茸 △ たけのこ △ にんじん △ 三温糖 △ 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 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 □ 鶏肉 ○ 料理酒 なたね油 □ キャベツ △ にんじん △ きゅうり △ ダイスチーズ ○ 三温糖 □ 酢 なたね油 △ いんげん △ 塩 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 トマトケチャップ ウスターソース こしょう 水		牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 鶏肉 ○ 料理酒 おろしにんにく △ じゃがいも □ たまねぎ △ にんじん △ 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	
	エネ 食塩		717 kcal 2.8 g		714 kcal 2.3 g		690 kcal 2.4 g		786 kcal 3.0 g		723 kcal 2.0 g		739 kcal 2.1 g		694 kcal 2.3 g		722 kcal 2.0 g		702 kcal 3.4 g		756 kcal 2.7 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 アスパラガスのごまあえ ゆめまる汁		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 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 ジャキツとポテトのごまあえ レモンゼリー		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 チャプチェ 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 鶏肉 ○ 料理酒 ミニがんもどき ○ 板こんにゃく △ にんじん △ じゃがいも □ ごぼう △ しいたけ △ キャベツ △ 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 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 ○ たけのこ △ たまねぎ △ じゃがいも △ 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 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 ○ こいくちしょうゆ 三温糖 □ ごま油 □		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 △ 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 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 塩 水 カットわかめ ○ きゅうり △ もやし △ にんじん △ はるさめ 白ごま 三温糖 こいくちしょうゆ 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 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 豚肉 ○ 料理酒 おろしにんにく △ 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 じゃがいも □ にんじん △ こまつな △ 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 料理酒 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 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 ○ 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 △ 三温糖 △ 水 キャベツ △ にんじん △ 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 豚肉 ○ 料理酒 おろししょうが △ おろしにんにく △ こいくちしょうゆ 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 □ オイスターソース 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 □ こしょう			
	エネ 食塩		748 kcal 2.3 g		744 kcal 2.2 g		696 kcal 2.0 g		737 kcal 3.1 g		713 kcal 3.6 g		731 kcal 1.7 g		719 kcal 2.0 g		689 kcal 1.4 g		692 kcal 3.3 g		685 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。
※○△□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）