



6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)	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)													
献立	新じゃがの含め煮 おひたし	生揚げのオイスターソース煮 いろいろあえ	カレースパゲッティ カルちゃんサラダ	鮭の塩焼き 酢の物 かきたま汁	栄養たっぷりまなな丼の具 コロッケ レモンあえ	ホイコーロー 中華あえ ヨーグルト	赤魚のみそだれかけ 昆布あえ かみなり汁	鶏肉の香草焼き グリーンポテト 白いんげん豆のスープ	豚丼の具 ひろしまんぶく!シャキシャキサラダ	まごわやさしいうま煮 梅あえ													
献立の材料	鶏肉 ○ 料理酒 ○ 絹揚げ △ にんじん △ たまねぎ △ じゃがいも □ 糸こんにゃく △ グリーンピース △ 三温糖 □ こいくちしょうゆ △ みりん風調味料 △ 水 △ ちくわすライス ○ にんじん △ もやし △ ごまつな △ 三温糖 □ こいくちしょうゆ △ 酢 △	豚肉 ○ 料理酒 ○ おろしにんにく △ おろししょうが △ 絹揚げ ○ にんじん △ たまねぎ △ マッシュルーム △ たけのこ △ 干し椎茸 △ にら △ 丸鶏使用がらスープ △ オイスターソース △ こいくちしょうゆ △ 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 △	豚肉 ○ 料理酒 ○ おろししょうが △ カットスパゲッティ □ にんじん △ たまねぎ △ マッシュルーム △ グリーンピース △ カレーウ △ トマトケチャップ △ ウスターソース △ こしょう △ 丸鶏使用がらスープ □ オイスターソース △ こいくちしょうゆ △ 水 △ ちりめん ○ 干ひじき ○ ダイスチーズ ○ にんじん △ キャベツ △ ごまつな △ 三温糖 □ 酢 △ こいくちしょうゆ △ なたね油 □	カルシウム強化献立	鮭 ○ 塩 ○ なたね油 □ カットわかめ ○ キャベツ △ にんじん △ 三温糖 □ 酢 ○ うすくちしょうゆ △ たまご ○ 木綿豆腐 ○ にんじん △ たまねぎ △ えのきたけ △ ねぎ △ はるさめ ○ 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 △ 塩 △ 料理酒 △ でん粉 □ 水 □	ひろしま給食	豚ひき肉 ○ 料理酒 ○ おろしにんにく △ 大豆(ゆで) ○ にんじん △ たまねぎ △ ごまつな △ ねぎ △ 三温糖 □ こいくちしょうゆ △ うすくちしょうゆ △ ポテトコロッケ □ 揚げ油 □ キャベツ △ にんじん △ レモン果汁 △ 三温糖 □ 塩 △ にんじん △ きゅうり △ もやし △ 三温糖 □ 酢 △ こいくちしょうゆ △ ごま油 □ ヨーグルト ○	友好都市献立 中国・徳陽市	赤魚でん粉付き ○ 揚げ油 □ おろししょうが △ 三温糖 □ こいくちしょうゆ △ 中みそ ○ みりん風調味料 △ 料理酒 △ 水 △ にんじん △ もやし △ きゅうり △ 塩昆布 ○ うすくちしょうゆ △ 板こんにゃく △ ごま油 □ 木綿豆腐 ○ にんじん △ たまねぎ △ ごぼう △ 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 △ 塩 △ 水 △	鶏肉 ○ 料理酒 ○ なたね油 □ おろししょうが △ にんじん △ たまねぎ △ 糸こんにゃく △ しめじ △ ねぎ △ 三温糖 □ ベーコン ○ 料理酒 △ 白いんげんまめ(乾) ○ にんじん △ たまねぎ △ マッシュルーム △ キャベツ △ 丸鶏使用がらスープ △ うすくちしょうゆ △ 塩 △ こしょう △ 水 △ ちりめん ○ 刻みひろしま漬 △ ごまつな △ にんじん △ キャベツ △ カリカリ梅 △ 三温糖 □ うすくちしょうゆ △	ひろしま給食	鶏肉 ○ 料理酒 ○ 大豆(乾) ○ さつま揚げ ○ にんじん △ ごぼう △ 干し椎茸 △ 板こんにゃく △ じゃがいも △ 板こんにゃく △ じゃがいも △ 角切り昆布 ○ いんげん △ 三温糖 □ こいくちしょうゆ △ みりん風調味料 △ 水 △ ごまつな △ にんじん △ キャベツ △ カリカリ梅 △ 三温糖 □ うすくちしょうゆ △											
エネルギー	食塩	185 kcal	0.9 g	161 kcal	1.0 g	185 kcal	1.3 g	124 kcal	1.3 g	236 kcal	1.1 g	179 kcal	1.0 g	130 kcal	1.2 g	205 kcal	0.9 g	146 kcal	1.0 g	163 kcal	1.3 g		
日(曜)	16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	30(月)												
献立	ハヤシシチュー ツナサラダ	マーボー豆腐 茎わかめのナムル	ミートボールと野菜のスープ煮 マカロニサラダ チーズ	白身魚の天ぷら 梅肉あえ ゆめまる元気汁	鶏肉と大豆のさっぱり煮 ごまあえ	タコライス チャンプルーサラダ パインゼリー	コメカラ おかかあえ 新じゃがのみそ汁	ウィンナーのケチャップソース ゆでキャベツ クリームスープ	肉豆腐 甘酢あえ	チンジャオロースー 米粉めん中華あえ	高野豆腐の卵とじ 切干大根のごま酢あえ												
献立の材料	牛肉 ○ 豚肉 ○ 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 △ グリーンピース △ ハヤシルウ △ トマトケチャップ △ デミグラスソース △ ウスターソース △ こしょう △ 水 △ ツナ油漬け ○ きゅうり △ キャベツ △ とうもろこし △ にんじん △ 三温糖 □ 酢 △ 塩 △ こしょう △ なたね油 □	豚ひき肉 ○ 料理酒 ○ おろしにんにく △ おろししょうが △ 木綿豆腐 ○ にんじん △ たまねぎ △ パセリ(乾) △ 丸鶏使用がらスープ △ にら △ 三温糖 □ みりん風調味料 △ こいくちしょうゆ △ 赤みそ ○ 中みそ ○ でん粉 □ 水 △ 細切り茎わかめ ○ にんじん △ とうもろこし △ ハエグ マネズ □ きゅうり △ 白ごま △ 三温糖 □ 酢 △ こいくちしょうゆ △ ごま油 □	ミートボール ○ 料理酒 ○ にんじん △ たまねぎ △ じゃがいも □ しめじ △ パセリ(乾) △ 丸鶏使用がらスープ △ こいくちしょうゆ △ 塩 △ こしょう △ 水 △ チキンハム ○ マカロニエルボ □ きゅうり △ キャベツ △ にんじん △ とうもろこし △ ハエグ マネズ □ 酢 △ 塩 △ こしょう △ チーズ ○	食育の日 郷土料理	白身魚天ぷら ○ 揚げ油 □ にんじん △ きゅうり △ 梅ひしお △ 三温糖 □ 油揚げ ○ にんじん △ たまねぎ △ しめじ △ じゃがいも □ カットわかめ ○ ねぎ △ ちりめん ○ キャベツ ○ 中みそ ○ 水 ○	鶏肉 ○ 料理酒 ○ 大豆(乾) ○ にんじん △ しめじ △ 板こんにゃく △ たまねぎ △ トマト缶 △ ピーマン △ 三温糖 □ 酢 △ こいくちしょうゆ △ みりん風調味料 △ 水 △ キャベツ △ ごまつな △ にんじん △ 白ごま □ 白すりごま □ 三温糖 □ こいくちしょうゆ △	沖縄料理	豚ひき肉 ○ 料理酒 ○ おろしにんにく △ カレー粉 △ にんじん △ たまねぎ △ トマト缶 △ ピーマン △ 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 △ ちくわすライス ○ にがうり △ もやし △ じゃがいも □ にんじん △ 和え物用花かつお ○ 三温糖 □ こいくちしょうゆ △ ごま油 □ パインゼリー □	鶏肉 ○ 塩 ○ こしょう △ おろしにんにく △ 清酒(上撰) □ 米粉 □ 揚げ油 □ ごまつな △ 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 △ 木綿豆腐 ○ 油揚げ ○ にんじん △ たまねぎ △ じゃがいも △ ねぎ △ だし煮干し ○ 中みそ ○ 水 ○	豚肉 ○ 料理酒 ○ おろししょうが △ 木綿豆腐 ○ たまねぎ △ にんじん △ 糸こんにゃく △ ねぎ △ こいくちしょうゆ △ 三温糖 □ 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 △ 三温糖 □ 酢 △ うすくちしょうゆ △	肉豆腐 ○ 甘酢あえ △ にんじん △ たまねぎ △ 糸こんにゃく △ ねぎ △ こいくちしょうゆ △ 三温糖 □ みりん風調味料 △ 水 △ キャベツ △ じゃがいも □ とうもろこし △ グリーンピース △ 米粉 □ 調理用牛乳 ○ 丸鶏使用がらスープ △ 塩 △ こしょう △ 水 △	肉豆腐 ○ 料理酒 ○ おろししょうが △ おろしにんにく △ たまねぎ △ にんじん △ たけのこ △ 茎にんにく △ ピーマン △ 三温糖 □ こいくちしょうゆ △ オイスターソース △ でん粉 □ 水 △ 米粉めん □ 鶏ささみ(炒) ○ ごまつな △ キャベツ △ にんじん △ 三温糖 □ 酢 △ うすくちしょうゆ △ 三温糖 □ ごま油 □	高野豆腐 ○ 鶏肉 ○ 料理酒 ○ さつま揚げ ○ にんじん △ たまねぎ △ 干し椎茸 △ 板こんにゃく △ じゃがいも □ いんげん △ 三温糖 ○ 三温糖 □ こいくちしょうゆ △ みりん風調味料 △ 水 △ 切干だいこん △ カットわかめ ○ きゅうり △ にんじん △ 三温糖 □ 酢 △ うすくちしょうゆ △ 白ごま □										
エネルギー	食塩	188 kcal	1.5 g	166 kcal	1.2 g	232 kcal	1.7 g	205 kcal	1.3 g	135 kcal	0.9 g	186 kcal	1.0 g	177 kcal	1.1 g	198 kcal	1.2 g	151 kcal	1.1 g	137 kcal	0.9 g	167 kcal	1.2 g

※物資の都合により、献立の変更をすることがあります。

※○△□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) □：おもに体のエネルギーのものになる食品(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)