



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	牛乳 ごはん 新じゃがの含め煮 磯香あえ	牛乳 ごはん 生揚げのオイスターソース煮 かみかみあえ	牛乳 コッペパン カレースパゲッティ カルちゃんサラダ	牛乳 ごはん さばの塩焼き 酢の物 かきたま汁	牛乳 ごはん 栄養たっぷりまめな丼の具 コロッケ レモンあえ	牛乳 ごはん ホイコーロー 中華くらげあえ ヨーグルト	牛乳 ごはん あじのみぞだれかけ 昆布あえ かみなり汁	牛乳 コッペパン 鶏肉の香草焼き グリーンポテト 白いんげん豆のスープ	牛乳 ごはん 豚丼の具 ひろしまんぶく!シャキシャキサラダ	牛乳 ごはん まごわやさしいうま煮 梅あえ	
献立の材料	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 鶏肉 ○ 料理酒 ○ 鰯揚げ ○ 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 素干しのり ○ ちくわスライス ○ にんじん △ もやし △ こまつな △ 三温糖 □ こいくちしょうゆ 酢	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 △ 鰯揚げ ○ にんじん △ たまねぎ △ マッシュルーム △ グリーンピース △ カレールウ △ 干し椎茸 △ にら △ 丸鶏使用がらスープ ○ 三温糖 □ オイスターソース ○ こいくちしょうゆ 塩 こしょう ごま油 □ でん粉 □ 水 するめいか(乾) ○ アーモンド(細切) □ キャベツ △ きゅうり △ にんじん △ とうもろこし △ 三温糖 □ 酢	牛乳 ○ コッペパン □ 豚肉 ○ 料理酒 ○ おろししょうが △ カツスパゲッティ □ にんじん △ たまねぎ △ マッシュルーム △ グリーンピース △ カレールウ △ トマトケチャップ △ ウスターソース △ 丸鶏使用がらスープ ○ こしょう 水 ちりめん ○ 干ひじき ○ ダイスチーズ ○ にんじん △ キャベツ △ こまつな △ 三温糖 □ 酢 塩 こいくちしょうゆ にんじん □ なたね油	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 さば ○ 塩 なたね油 □ カツわかめ ○ キャベツ △ にんじん △ たまねぎ △ 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 △ キャベツ △ 混合削り節 △ こいくちしょうゆ △ うすくちしょうゆ △ 料理酒 ○ でん粉 □ 水	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 豚ひき肉 ○ 料理酒 ○ おろしにんにく △ 一味唐辛子 ○ 大豆(ゆで) ○ にんじん △ たまねぎ △ こまつな △ 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 中華くらげ ○ にんじん △ きゅうり △ もやし △ 三温糖 □ 酢 こいくちしょうゆ ○ ヨーグルト	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 △ 三温糖 □ こいくちしょうゆ ○ 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 ○ でん粉 □ 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	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 鶏肉 ○ 料理酒 ○ なたね油 □ じゃがいも □ パセリ(乾) △ 塩 こしょう ベーコン ○ 料理酒 ○ こいくちしょうゆ 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 ○ 刻みひろしまな漬 △ こまつな △ にんじん △ キャベツ △ カリカリ梅 △ 三温糖 □ うすくちしょうゆ	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 △ にんじん △ たまねぎ △ 糸こんにゃく △ しめじ △ ねぎ △ 三温糖 □ こいくちしょうゆ みりん風調味料 塩 でん粉 □ 水 ちりめん ○ 刻みひろしまな漬 △ こまつな △ にんじん △ キャベツ △ カリカリ梅 △ 三温糖 □ うすくちしょうゆ	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 △ おろししょうが △ 三温糖 □ こいくちしょうゆ みりん風調味料 塩 でん粉 □ 水 ちりめん ○ 刻みひろしまな漬 △ こまつな △ にんじん △ キャベツ △ カリカリ梅 △ 三温糖 □ うすくちしょうゆ	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 △ おろししょうが △ 三温糖 □ こいくちしょうゆ みりん風調味料 塩 でん粉 □ 水 ちりめん ○ 刻みひろしまな漬 △ こまつな △ 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	749 kcal	734 kcal	737 kcal	699 kcal	777 kcal	719 kcal	706 kcal	760 kcal	697 kcal	729 kcal	
食塩	1.6 g	2.1 g	3.6 g	2.1 g	1.8 g	2.3 g	1.9 g	2.9 g	2.0 g	2.2 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	牛乳 ごはん ハヤシチュー ツナサラダ	牛乳 ごはん マーボー豆腐 筍わかめのナムル・	牛乳 リッチパン ミートボールと野菜のスープ煮・ マカロニサラダ	牛乳 古代米ごはん 小さいわしの天ぷら 梅肉あえ ゆめまる元気汁	牛乳 ごはん 鶏肉と大豆のさっぱり煮 ごまあえ	牛乳 ごはん タコライスの具 チャンプルーサラダ 冷凍パイン	牛乳 ごはん コメカラ おかかあえ 新じゃがのみそ汁	牛乳 背割りコッペパン 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	牛乳 ごはん 肉豆腐 甘酢あえ・ チーズ	牛乳 ごはん チンジャオロースー 米粉めん中華あえ	牛乳 ごはん 高野豆腐の卵とし 切干大根のごま酢あえ
献立の材料	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 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 □	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 豚ひき肉 ○ 料理酒 ○ おろしにんにく △ おろししょうが △ トウバンジャン △ 木綿豆腐 ○ にんじん △ たまねぎ △ だしのこ △ 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 細切り筍わかめ ○ にんじん △ もやし △ きゅうり △ 白ごま □ 三温糖 □ 酢 こいくちしょうゆ ごま油 □	牛乳 ○ リッチパン □ 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 △ ノイグ マネー △ 塩 こしょう	牛乳 ○ 精白米 □ 黒米 □ 学校給食用強化米 小さいわし天ぷら ○ 揚げ油 □ にんじん △ きゅうり △ しめじ △ 板こんにゃく △ じゃがいも □ 白いんげん △ 三温糖 □ 酢 こいくちしょうゆ みりん風調味料 水 キャベツ △ こまつな △ にんじん △ 白ごま □ にんじん △ じゃがいも □ 和え物用花かつお ○ 三温糖 □ こいくちしょうゆ 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 ○ 中みそ ○ 水	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 鶏肉 ○ 料理酒 ○ 大豆(乾) ○ うずら卵 ○ チリパウダー ○ 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 ちくわスライス ○ にがり ○ 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 □ 冷凍パイン △	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 △ カレー粉 ○ チリパウダー ○ 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 木綿豆腐 ○ 油揚げ ○ にんじん △ たまねぎ △ じゃがいも □ 和え物用花かつお ○ 三温糖 □ こいくちしょうゆ ごま油 □ 冷凍パイン △	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 △ おろししょうが △ ウスターソース △ 水 キャベツ △ こまつな △ もやし △ 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 △ マッシュルーム △ じゃがいも □ とうもろこし △ グリーンピース △ 米粉 ○ 米粉 ○ 調理用牛乳 ○ 丸鶏使用がらスープ ○ 塩 こしょう 水 クリームスープ	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 △ 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 チーズ ○	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 △ にんじん △ たまねぎ △ だしのこ △ にら △ 三温糖 □ みりん風調味料 塩 でん粉 □ 水 ちりめん ○ 刻みひろしまな漬 △ こまつな △ にんじん △ キャベツ △ カリカリ梅 △ 三温糖 □ うすくちしょうゆ	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 高野豆腐 ○ 鶏肉 ○ 料理酒 ○ おろししょうが △ さつま揚げ ○ にんじん △ たまねぎ △ 干し椎茸 △ だしのこ △ じゃがいも □ いんげん △ 三温糖 ○ たまご ○ 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(芽ツ) ○ こまつな △ 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	742 kcal	742 kcal	787 kcal	747 kcal	738 kcal	705 kcal	756 kcal	711 kcal	741 kcal	682 kcal	733 kcal
食塩	2.8 g	2.0 g	3.5 g	2.7 g	1.9 g	1.6 g	2.1 g	3.5 g	2.3 g	1.6 g	2.0 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のとなる食品(赤) △：おもに体の調子を整えるものとなる食品(緑) □：おもに体エネルギーのものとなる食品(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となる食品(緑)」に分類)