



9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(月)		2(火)		3(水)		4(木)		5(金)		8(月)		9(火)		10(水)		11(木)		12(金)					
献立		しらす卵焼き そえ野菜 冬瓜汁 ヨーグルト		豚肉の中華炒め 春雨のごまマヨネーズあえ		鶏肉のトマト煮 枝豆サラダ		白身魚天ぷら ピーマンの昆布あえ 米粉めん汁		がんもどきの五目煮 切干大根の甘酢あえ		鶏肉の照り焼き 赤じそあえ 沢煮椀		コロッケ 酢の物 豚汁		野菜とパスタのスープ煮 わかめサラダ		まごわやさしい煮 梅あえ		豚肉と野菜のみそ炒め おひたし					
		1人分量 (g)		1人分量 (g)		1人分量 (g)		1人分量 (g)		1人分量 (g)		1人分量 (g)		1人分量 (g)		1人分量 (g)		1人分量 (g)		1人分量 (g)					
献立の材料	しらす卵焼き	40.00	○	豚肉	35.00	○	鶏肉	35.00	○	白身魚天ぷら	50.00	○	鶏肉	25.00	○	ポテトコロッケ	50.00	□	鶏肉	25.00	○	豚肉	30.00	○	
	なたね油	0.40	□	料理酒	0.80		料理酒	0.64		揚げ油	5.00	□	料理酒	0.64		揚げ油	5.00	□	ベーコン	10.00	○	料理酒	0.80		
			絹揚げ	8.00	○	おろしにんにく	0.24	△					なたね油	0.40	□			料理酒	0.64		大豆(乾)	4.80	○		
	キャベツ	35.00	△	たまねぎ	35.00	△	たまねぎ	32.00	△	もやし	22.00	△	ミニがんもどき	10.00	○	細切りかまぼこ	3.00	○	カットスパゲッティ	14.40	□	さつま揚げ	8.00	○	
	にんじん	3.00	△	にんじん	8.00	△	にんじん	12.00	△	ピーマン	3.00	△	板こんにやく	16.00	△	キャベツ	25.00	△	にんじん	12.00	○	にんじん	12.00	△	
	塩	0.06		もやし	35.00	△	じゃがいも	40.00	□	にんじん	5.00	△	にんじん	12.00	△	にんじん	3.00	△	じゃがいも	20.00	□	ごぼう	8.00	△	
			しいたけ	4.00	△	しめじ	4.80	△	塩昆布	0.40	○	じゃがいも	44.00	□	こまつな	5.00	△	たまねぎ	32.00	○	干し椎茸	0.80	△		
	豚肉	6.40	○	にら	3.20	△	トマト缶	16.00	△			たけのこ	8.00	△	でん粉	0.10	□	しめじ	6.40	△	板こんにやく	20.00	△		
	木綿豆腐	16.00	○	こいくちしょうゆ	2.80		丸鶏使用がらスープ	0.48		鶏肉	10.00	○	しいたけ	4.80	△	水	2.80		パセリ(乾)	0.02	△	さといも	36.00	□	
	とうがん	28.00	△	塩	0.10		トマトケチャップ	4.00		油揚げ	2.80	○	さつま揚げ	6.40	○	酢	1.28		丸鶏使用がらスープ	0.52		れんこん	12.00	△	
油揚げ	2.80	○	三温糖	0.24	□	ウスターソース	0.80		米粉めん	8.00	□	いんげん	6.40	△	きゅうり	10.00	△	塩	0.04		角切り昆布	0.80	○		
にんじん	6.40	△				塩	0.16		たまねぎ	20.00	△	三温糖	1.36	□	もやし	25.00	△				いんげん	5.60	△		
干し椎茸	0.40	△	チキンハム	4.00	○	こしょう	0.01		にんじん	6.40	△	こいくちしょうゆ	4.40		赤じそ(乾)	0.24	△	豚肉	20.00	○	三温糖	1.44	□		
ねぎ	2.40	△	はるさめ	4.80	□	三温糖	0.36	□	えのきたけ	5.60	△	みりん風調味料	1.60				生揚げ	12.00	○	こしょう	48.00		でん粉	0.48	□
だし煮干し	1.60		にんじん	4.00	△	水	24.00		ねぎ	2.40	△	水	24.00		豚肉	9.60	○	たまねぎ	12.00	△	たまねぎ	12.00	△		
こいくちしょうゆ	2.80		きゅうり	6.40	△				だし昆布	0.80		切干しだいこん	4.00	△	だいこん	16.00	△	にんじん	8.00	△	キャベツ	32.00	△		
うすくちしょうゆ	0.80		キャベツ	14.40	△	ツナ油漬け	6.00	○	混合削り節	0.80		にんじん	4.80	△	にんじん	8.00	△	ごぼう	6.40	△	ごぼう	6.40	△		
料理酒	0.64		白すりごま	0.64	□	きゅうり	8.00	△	こいくちしょうゆ	1.44		ごぼう	4.00	△	板こんにやく	8.00	△	きゅうり	8.00	△	きゅうり	8.00	△		
水	96.00		ノエッグマヨネーズ	4.80	□	にんじん	4.80	△	うすくちしょうゆ	1.44		きゅうり	12.00	△	たけのこ	8.00	△	さといも	16.00	□	にんじん	4.00	△		
			こいくちしょうゆ	0.80		キャベツ	24.00	△	料理酒	0.80		カットわかめ	0.40	○	えのきたけ	4.00	△	ねぎ	2.40	△	酢	2.00			
			酢	0.40		えだまめ	4.80	△	塩	0.16		ぜんまい	0.96	□	ぎんまい	4.80	△	だし煮干し	1.60		キャベツ	28.00	△		
			こしょう	0.01		酢	2.00		水	100.00		うすくちしょうゆ	1.20		ねぎ	2.40	△	中みそ	6.80	○	カリカリ梅	0.40	△		
			三温糖	0.64	□				三温糖	0.64	□	酢	2.00		混合削り節	0.80		水	83.20		三温糖	0.48	□		
			うすくちしょうゆ	1.20					うすくちしょうゆ	1.20					だし昆布	0.80		なたね油	0.80	□	三温糖	0.48	□		
			こしょう	0.01					こしょう	0.01					こいくちしょうゆ	2.80		塩	0.06		うすくちしょうゆ	1.28			
			なたね油	0.80	□				なたね油	0.80	□				料理酒	0.64		こしょう	0.01						
															水	96.00									
エネルギー	食塩	174 kcal	1.0 g	163 kcal	0.8 g	184 kcal	0.9 g	208 kcal	0.9 g	150 kcal	1.1 g	165 kcal	1.2 g	223 kcal	1.5 g	212 kcal	1.1 g	136 kcal	1.3 g	146 kcal	1.0 g				
日(曜)		16(火)		17(水)		18(木)		19(金)		22(月)		24(水)		25(木)		26(金)		29(月)		30(火)					
献立		鶏肉とレバーのカレー揚げ 鉄ちゃんサラダ トマトスープ		ミートボールと野菜のスープ煮 じゃこポテサラダ チーズ		ホキのかば焼き ごまあえ ゆめまる汁		タッカルビ ナムル		肉豆腐 おかかあえ		かぼちゃのクリーム煮 カラフルサラダ		ホキの南蛮漬け もずくのみそ汁		ポークカレー コールスローサラダ		豚じゃが ちりめんの酢の物		高野豆腐の卵とじ しそひじきあえ					
		1人分量 (g)		1人分量 (g)		1人分量 (g)		1人分量 (g)		1人分量 (g)		1人分量 (g)		1人分量 (g)		1人分量 (g)		1人分量 (g)		1人分量 (g)					
献立の材料	鶏肉	28.00	○	ミートボール	35.00	○	ホキでん粉付き	45.00	○	鶏肉	40.00	○	牛肉	12.00	○	鶏肉	25.00	○	ホキでん粉付き	45.00	○	豚肉	25.00	○	
	塩	0.06		にんじん	16.00	△	揚げ油	4.50	□	料理酒	0.56		豚肉	12.00	○	ベーコン	10.00	○	揚げ油	4.50	□	おろしにんにく	0.24	△	
	こしょう	0.01		たまねぎ	28.00	△	こいくちしょうゆ	1.60		おろししょうが	0.12	△	料理酒	0.64		料理酒	0.80		たまねぎ	24.00	△	料理酒	0.64		
	でん粉	2.40	□	キャベツ	32.00	△	三温糖	1.20	□	おろしにんにく	0.12	△	おろししょうが	0.24	△	にんじん	16.00	△	にんじん	8.00	△	じゃがいも	48.00	□	
	レバーでん粉付き	12.00	○	しめじ	4.00	△	みりん風調味料	1.20		キャベツ	32.00	△	木綿豆腐	64.00	○	たまねぎ	32.00	△	ピーマン	4.00	△	たまねぎ	28.00	△	
	揚げ油	4.00	□	パセリ(乾)	0.02	△	おろししょうが	0.08	△	たまねぎ	20.00	△	たまねぎ	28.00	△	かぼちゃ	28.00	△	酢	3.20		にんじん	12.00	△	
	カレー粉	0.40		丸鶏使用がらスープ	0.40		料理酒	0.80		にんじん	12.00	△	にんじん	12.00	△	じゃがいも	24.00	□	三温糖	1.60	□	グリーンピース	3.20	△	
			こいくちしょうゆ	0.80		水	4.00		さつまいも	16.00	□	ピーマン	8.00	△	糸こんにやく	20.00		マッシュルーム	4.80	△	こいくちしょうゆ	2.80			
	干ひじき	0.40	○	塩	0.16		こまつな	10.00	△	丸鶏使用がらスープ	0.08		ねぎ	3.20	△	グリーンピース	4.00	△	米粉	2.40	□	もずく	8.00	○	
	こまつな	6.00	△	こしょう	0.01		キャベツ	22.00	△	赤みそ	1.60	○	三温糖	2.00	□	三温糖	2.00	□	調理用牛乳	16.00	○	木綿豆腐	20.00	○	
キャベツ	25.00	△	水	72.00		にんじん	3.00	△	三温糖	1.20	□	みりん風調味料	0.40		丸鶏使用がらスープ	0.48		たまねぎ	16.00	△	こしょう	0.01			
にんじん	3.00	△				白すりごま	0.24	□	白ごま	0.24	□	こいくちしょうゆ	1.60		水	16.00		塩	0.28		にんじん	4.80	△		
三温糖	0.52	□				三温糖	0.40	□							こしょう	0.01		とうがん	16.00	△	えのきたけ	4.00	△		
こいくちしょうゆ	0.80					三温糖	0.40	□				キャベツ	32.00	△	水	40.00					ねぎ	2.40	△		
酢	1.28		ちりめん	1.20	○	こいくちしょうゆ	0.96		細切り茎わかめ	5.60	○	にんじん	6.40	△	にんじん	6.40	△	たまねぎ	2.40	△	だし煮干し	1.60			
ごま油	0.36	□	じゃがいも	32.00	□				もやし	24.00	△	こまつな	9.60	△											