



5月 学校給食献立表

令和8年度発行
東広島北部学校給食センター

A献立(小学校)

日(曜)	1(金)	7(木)	8(金)	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)		
献立	牛乳 ごはん ピビンパ 春雨とたまごのスープ	牛乳 ごはん さばの照り焼き 赤じそあえ けんちん汁 抹茶デザート	牛乳 ごはん 呉の肉じゃが 大豆の磯香あえ	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 カレイの甘酢漬け 米粉めん汁	牛乳 リッチパン フェイスジョアード フレンチーズサラダ	牛乳 ごはん タッカルビ ナムル	牛乳 ごはん ポークカレー そら豆のサラダ		
献立の材料	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 牛肉 ○ 豚肉 ○ トウバンジャン △ おろしにんにく △ 料理酒 △ ぜんまい △ もやし △ にんじん △ こまつな △ はくさいキムチ △ 三温糖 △ こいくちしょうゆ △ ごま油 □ こしょう □ 細切りかまぼこ ○ はるさめ ○ たまご ○ たまねぎ ○ にんじん ○ カットわかめ ○ ねぎ △ 丸鶏使用がらスープ △ こいくちしょうゆ △ 塩 △ こしょう △ 水 △	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 さば ○ なたね油 ○ 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 △ けんちん汁 △ 水 □ キャベツ △ 赤じそ(乾) △ 木綿豆腐 ○ 油揚げ ○ ごぼう △ だいこん △ にんじん △ 板こんにゃく △ 干し椎茸 △ ねぎ △ だし煮干し △ こいくちしょうゆ △ うすくちしょうゆ △ 塩 □ ごま油 □ 水 □ 抹茶デザート □	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 □ 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 □	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 △ ピーマン △ 酢 △ 三温糖 △ こいくちしょうゆ △ しいたけ △ さつま揚げ △ ざやいんげん △ 三温糖 △ こいくちしょうゆ △ みりん風調味料 △ 水 □ 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 □	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 ○ 油揚げ ○ 米粉めん △ にんじん △ たまねぎ △ 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 ○ リッチパン □ 豚肉 ○ 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 △ にんじん △ マッシュルーム △ パセリ(乾) △ 丸鶏使用がらスープ △ こしょう ○ 水 □ 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 □ 塩 □ こしょう △	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 鶏肉 ○ 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 △ グリーンピース △ カレールー △ ビーマン △ 丸鶏使用がらスープ △ 赤みそ ○ 中みそ ○ 三温糖 □ みりん風調味料 □ こいくちしょうゆ △ こまつな △ もやし △ にんじん △ とうもろこし △ 白ごま △ 三温糖 △ こいくちしょうゆ △ 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 △ 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 △ ビーマン △ 丸鶏使用がらスープ △ 赤みそ ○ 中みそ ○ 三温糖 □ みりん風調味料 □ こいくちしょうゆ △ キャベツ △ にんじん △ そら豆 △ なたね油 △ 三温糖 △ 酢 △ 塩 △ こしょう △		
エネルギー	575 kcal	645 kcal	598 kcal	610 kcal	624 kcal	587 kcal	596 kcal	608 kcal		
食塩相当量	2.1 g	1.7 g	1.4 g	1.6 g	1.5 g	2.1 g	1.2 g	2.2 g		
日(曜)	18(月)	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(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 食育の日	牛乳 豆ごはん 炒り豆腐 わかめの酢の物	牛乳 コッペパン 鶏肉の香草焼き 夏みかんのサラダ 熱く燃えろ!! Cスープ ひろしま給食	牛乳 ごはん 豚ニラ炒め ジャキッとポテトのごまあえ ヨーグルト	牛乳 ごはん 高野豆腐の卵とじ もち玄米あえ	牛乳 ごはん 白身魚フライ 昆布あえ 新玉ねぎのみそ汁	牛乳 ごはん 大豆とうすら卵のさっぱり煮 ちりめんあえ	牛乳 ごはん コッペパン ハムステーキ コールスローサラダ クリームスープ	牛乳 ごはん コッペパン えびと豆腐の中華煮 パンサンデー	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
献立の材料	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 玄米 黒米 赤米 □ 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 豆ごはんのもと □ 鶏肉 ○ 料理酒 ○ 木綿豆腐 △ たまねぎ △ にんじん △ 干し椎茸 △ キャベツ △ なたね油 △ ねぎ △ 三温糖 △ こいくちしょうゆ △ みりん風調味料 △ 塩 △ 水 □ ちくわスライス ○ カットわかめ ○ きゅうり △ もやし △ にんじん △ 酢 △ 三温糖 □ うすくちしょうゆ △ 塩 □	牛乳 ○ コッペパン □ 鶏肉 ○ なたね油 □ 香草焼きソース △ なつみかん(缶詰) △ キャベツ △ もやし △ たまねぎ △ にんじん △ じゃがいも △ たまねぎ △ にら △ こいくちしょうゆ △ 塩 △ こしょう △ ベーコン ○ 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 △ トマト缶 △ 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 豚肉 ○ おろししょうが △ トウバンジャン △ 料理酒 △ もやし △ たまねぎ △ さつま揚げ △ にんじん △ キャベツ △ にら △ こいくちしょうゆ △ 三温糖 △ こいくちしょうゆ △ みりん風調味料 △ 水 □ じゃがいも □ にんじん △ こまつな △ 三温糖 △ こいくちしょうゆ △ 酢 □ 白ごま △ 白すりごま △ ヨーグルト ○	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 鶏肉 ○ 料理酒 △ にんじん △ たまねぎ △ じゃがいも △ さつま揚げ △ 高野豆腐 △ 板こんにゃく △ たまご △ ざやいんげん △ こいくちしょうゆ △ みりん風調味料 △ 水 □ 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 △ 水 □	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 白身魚フライ ○ 揚げ油 □ もやし △ こまつな △ 塩昆布 ○ うすくちしょうゆ △ 木綿豆腐 ○ 油揚げ ○ たまねぎ △ にんじん △ 三温糖 △ 酢 △ こいくちしょうゆ △ みりん風調味料 △ 水 □ 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 鶏肉 ○ 料理酒 △ 大豆(乾) ○ うすら卵 ○ たまねぎ △ にんじん △ じゃがいも △ 板こんにゃく △ たまご △ さやいんげん △ 三温糖 △ 酢 △ こいくちしょうゆ △ みりん風調味料 △ 水 □ ちりめん ○ もやし △ にんじん △ きゅうり △ 三温糖 △ こいくちしょうゆ △	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 コッペパン □ ポロニール △ なたね油 □ 豚肉 ○ 料理酒 △ おろしにんにく △ おろししょうが △ むきえび △ にんじん △ 木綿豆腐 △ にんじん △ たまねぎ △ キャベツ △ しめじ △ 絹揚げ △ ビーマン △ 三温糖 △ チンゲンサイ △ こいくちしょうゆ △ 丸鶏使用がらスープ △ 塩 △ じゃがいもでん粉 □ 水 □ ちキンナム ○ もやし △ きゅうり △ にんじん △ こまつな △ はるさめ △ 白ごま △ 三温糖 △ こいくちしょうゆ △ 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 △ たけのこ △ にんじん △ たまねぎ △ キャベツ △ 絹揚げ △ ビーマン △ 三温糖 △ チンゲンサイ △ こいくちしょうゆ △ みりん風調味料 △ 丸鶏使用がらスープ △ 赤みそ ○ 中みそ ○ こいくちしょうゆ △ じゃがいもでん粉 □ 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 ○	
エネルギー	617 kcal	620 kcal	597 kcal	612 kcal	598 kcal	593 kcal	629 kcal	590 kcal	587 kcal	598 kcal
食塩相当量	1.8 g	2.6 g	2.1 g	1.4 g	1.7 g	1.8 g	1.4 g	2.3 g	1.5 g	1.5 g



5月5日の端午の節句には、こいのぼりを揚げ、鎧兜を飾ります。

こいのぼりは、困難や逆境を乗り越え、立派な人に成長しますようにと願って揚げます。鎧兜は、病気や災厄から大切な子どもたちを守ってくれるように願って飾ります。

5月5日は、「こどもの日」として国民の祝日にもなっています。

端午の節句 食べ物



かしわもち ちまき

※物質の都合により、献立を変更することがあります。 ※栄養価は4年生です。
 ※○△□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、体内の動きで「おもに体の調子を整えるもとになる食品(緑)」に分類)