




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

B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 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 コッペパン ミートソースパグッティ コーンマヨサラダ	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 豚二郎炒め シャキッとポテトのごまあえ ヨーグルト	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 熱く燃える!!CSスープ	牛乳 ごはん カレーの甘酢漬け 米粉めん汁		
				広島県の郷土料理			ひろしま給食		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。	
献立の材料	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 △ たけのこ △ にんじん △ たまねぎ △ キャベツ △ 絹揚げ ○ ピーマン △ 三温糖 □ みりん風調味料 ○ 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 ○	牛乳 ○ コッペパン □ カットパグッティ □ 牛ひき肉 ○ 豚ひき肉 ○ 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 △ パセリ(乾) △ トマト缶 △ 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 △ 水 チキンハム ○ きゅうり △ キャベツ △ にんじん △ にんじん △ とうもろこし △ カエッパネーズ △ 酢 △ 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 △ じゃがいもでん粉 □ 水 キャベツ △ 赤じそ(乾) △ 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 △ 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 豚肉 ○ 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 △ 大さじ(ゆで) ○ ごま油 □ 水 キャベツ △ にんじん △ きゅうり △ ダイスチーズ △ 三温糖 △ なたね油 □ 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 △ トウバンジャン △ 料理酒 △ もやし △ 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 △ 三温糖 △ 塩 △ こしょう △ 水 じゃがいも □ にんじん △ こまつな △ 三温糖 △ もやし △ にんじん △ 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 豆ごはん △ 炒り豆腐 △ わかめ △ 鶏肉 ○ 料理酒 △ なたね油 △ 香草焼きソース △ 木綿豆腐 △ 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 △ こしょう △ 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 △ たまねぎ △ きゅうり △ 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 △ こしょう △ ベーコン ○ ちりめん ○ 料理酒 △ パフリカ(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 カレーの甘酢漬け ○ 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 △ 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	かしわもち ちまき	
エネルギー	598 kcal	613 kcal	645 kcal	598 kcal	612 kcal	620 kcal	597 kcal	624 kcal		
食塩相当量	1.5 g	2.2 g	1.7 g	1.4 g	1.4 g	2.6 g	2.1 g	1.5 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 ごはん ポークカレー そら豆のサラダ	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 高野豆腐の卵とじ もち玄米あえ	牛乳 リッチパン フェイジョアード フレンチチーズサラダ	牛乳 ごはん タッカルビ ナムル	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 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 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 えびと豆腐の中華煮 パンサンデー
		食育の日	親善都市の料理：ブラジル・マリリア市							
献立の材料	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 △ トマトケチャップ △ ウスターソース △ こしょう △ 水 キャベツ △ にんじん △ そら豆 △ なたね油 △ 三温糖 □ 塩 △ こしょう △	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 △ たまご △ こいくちしょうゆ △ 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 △ 三温糖 △ 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 △ 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 △ さつま揚げ ○ 高野豆腐 ○ たまご △ さやいんげん △ 三温糖 △ 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 △ ダイスチーズ △ 三温糖 △ なたね油 □ こしょう △	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 △ 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 キャベツ △ にんじん △ きゅうり △ グライスチーズ △ 三温糖 △ なたね油 □ 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 △ キャベツ △ にんじん △ じゃがいも △ ごぼう △ しいたけ △ さつま揚げ △ さやいんげん △ 三温糖 △ こいくちしょうゆ △ みりん風調味料 △ 水 こまつな △ もやし △ にんじん △ 三温糖 △ うすくちしょうゆ △ 酢 △ 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 △ 白ごま □ 三温糖 □ 塩 △ ごま油 □	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 白身魚フライ ○ 揚げ油 □ 鶏肉 ○ 料理酒 △ 三ツがんとどき ○ 板こんにゃく △ 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 △ しめじ △ 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 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 △ 大豆(乾) ○ とうすら卵 △ たまねぎ △ にんじん △ 三温糖 □ 酢 △ 塩 △ こしょう △ なたね油 △ しいたけ △ 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 ちりめん ○ もやし △ マッシュルーム △ パセリ(乾) △ 丸鶏使用がらスープ △ 米粉 △ 調理用牛乳 ○ 塩 △ こしょう △ 水	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 △ たまねぎ △ むきえび △ 木綿豆腐 ○ にんじん △ たまねぎ △ たけのこ △ しいたけ △ なたね油 △ 水 鶏肉 ○ 料理酒 △ シェルマカロニ □ にんじん △ たまねぎ △ 水 だし煮干し △ 中みそ ○ 水 キャベツ △ もやし △ きゅうり △ にんじん △ 米粉 △ 調理用牛乳 ○ 塩 △ こしょう △ 水 ごま油 □		
エネルギー	608 kcal	617 kcal	598 kcal	587 kcal	596 kcal	610 kcal	593 kcal	629 kcal	590 kcal	587 kcal
食塩相当量	2.2 g	1.8 g	1.7 g	2.1 g	1.2 g	1.6 g	1.8 g	1.4 g	2.3 g	1.5 g

※物資の都合により、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)