



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（中学校）

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 ミートソーススパゲッティ 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 豚ニラ炒め 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!!Cスープ	牛乳 ごはん カレーの甘酢漬け 米粉めん汁	
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	牛乳 ○ コッペパン □ カットスパゲッティ □ 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	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	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	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 豚肉 ○ 料理酒 △ 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 △ キャベツ △ にら △ こいくちしょうゆ △ 三温糖 □ 塩 △ こしょう △	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 △ にんじん △ なたね油 △ 三温糖 △ 酢 □ こいくちしょうゆ △ みりん風調味料 △ 塩 △ こしょう △	牛乳 ○ コッペパン □ 鶏肉 ○ なたね油 □ 香草焼きソース △ 葱 △ なつみかん(缶詰) △ キャベツ △ きゅうり △ にんじん △ 干し椎茸 △ にんじん △ なたね油 △ 三温糖 △ 酢 □ こいくちしょうゆ △ 塩 △ こしょう △	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 カレーでん粉付き 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 ○	
エネルギー	727 kcal	772 kcal	754 kcal	726 kcal	730 kcal	753 kcal	779 kcal	755 kcal	
食塩相当量	2.0 g	3.0 g	2.2 g	1.7 g	1.8 g	3.2 g	2.8 g	2.0 g	
日(曜)	18(月)	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)	25(月)	26(火)	27(水)	
献立	牛乳 ごはん ボークカレー 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 フェイスジョアード 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
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	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	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 △ ミックスピーンズ △ たまねぎ △ じゃがいも □ さつま揚げ ○ 高野豆腐 ○ パセリ(乾) △ たまご △ さやいんげん △ 丸鶏使用がらスープ △ 塩 △ こしょう △	牛乳 ○ リッチパン □ 豚肉 ○ 料理酒 △ おろしにんにく △ ミックスピーンズ △ たまねぎ △ じゃがいも □ キャベツ △ たまねぎ △ にんじん △ 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 △	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 △ キャベツ △ たまねぎ △ 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 △ 丸鶏使用がらスープ △ 塩 △ こしょう △	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 △ じゃがいも □ ごぼう △ しいたけ △ さつま揚げ △ さやいんげん △ 丸鶏使用がらスープ △ 塩 △ こしょう △	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 △ 大豆(乾) △ とうすら卵 △ たまねぎ △ にんじん △ 塩昆布 △ うすくちしょうゆ △	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 鶏肉 ○ なたね油 □ キャベツ △ とうもろこし △ たまねぎ △ にんじん △ 三温糖 △ 酢 △ 塩 △ こしょう △ なたね油 △	
エネルギー	740 kcal	748 kcal	724 kcal	743 kcal	719 kcal	738 kcal	708 kcal	765 kcal	
食塩相当量	2.6 g	2.3 g	1.9 g	2.6 g	1.7 g	2.0 g	2.3 g	1.6 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、体内の働きで「おもに体の調子を整えるもとになる食品(緑)」に分類）