



6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(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)		
献立	牛乳 ごはん ハヤシチュー ツナサラダ	牛乳 ごはん さばの照り焼き わかめの酢の物 かきたま汁	牛乳 リッチパン コロッケ そえ野菜 ひよこ豆のスープ	牛乳 ごはん 生揚げの中華煮 かみかみあえ	牛乳 ごはん まごわやさしいうま煮 梅あえ	牛乳 ごはん 黒鯛のから揚げ 広島漬あえ 広しモ菜 Miso Soup	牛乳 ごはん チンジャオロースー パンサンサー チーズ	牛乳 バターパン ミートボールのトマト煮 そら豆のサラダ	牛乳 ごはん 豚丼の具 ひろしまぶく(ハヤシチュー) あじさいゼリー	牛乳 ごはん 高野豆腐の卵とじ 磯香あえ		
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 △ ハヤシルー △ 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 ○ ツナ油揚げ ○ にんじん △ キャベツ △ きゅうり △ とうもろこし △ なたね油 △ 三温糖 △ 酢 △ 塩 △ こしょう △	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 ○ カットわかめ ○ もやし △ にんじん △ たまねぎ △ きゅうり △ 三温糖 △ 酢 △ 塩 △ うすくちしょうゆ ○ たまご ○ 木綿豆腐 ○ かまぼこ赤 ○ にんじん ○ たまねぎ △ こまつな △ 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 △ 料理酒 △ じゃがいもでん粉 △ 水 ○	牛乳 ○ リッチパン □ ポテトコロッケ □ 揚げ油 □ キャベツ △ にんじん △ 鶏肉 ○ 料理酒 ○ ひよこまめ(ゆで) ○ にんじん △ たまねぎ △ こまつな △ 丸鶏使用がらスープ △ うすくちしょうゆ △ 塩 △ こしょう △ 水 ○ するめいか(乾) ○ アーモンド(細切) ○ にんじん △ キャベツ △ きゅうり △ とうもろこし △ なたね油 △ 三温糖 △ 酢 △ 塩 △ こいくちしょうゆ △	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 □ 豚肉 ○ 料理酒 ○ おろしにんにく △ おろししょうが △ にんじん △ おろししょうが △ にんじん △ たまねぎ △ 干し椎茸 △ 板こんにやく △ じゃがいも △ 角切り昆布 △ さやいんげん △ 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 △ ごま油 △ 水 ○ にんじん △ キャベツ △ こまつな △ 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 □ 黒鯛でんぶん付き ○ 揚げ油 □ にんじん △ キャベツ △ きゅうり △ たまねぎ △ 刻みひろしま漬 △ うすくちしょうゆ △ 木綿豆腐 ○ にんじん △ たまねぎ △ しいたけ △ じゃがいも △ チンゲンサイ △ レモン △ だし煮干し △ 中みそ ○ 水 ○ にんじん △ キャベツ △ こまつな △ 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 ○ 大豆(乾) ○ さつま揚げ ○ にんじん △ ごぼう △ 干し椎茸 △ 板こんにやく △ じゃがいも △ 刻みひろしま漬 △ うすくちしょうゆ △ 三温糖 △ こいくちしょうゆ △ オイスターソース △ じゃがいもでん粉 △ 水 ○ もやし △ きゅうり △ にんじん △ はるさめ △ 白ごま △ 三温糖 △ こいくちしょうゆ △ 酢 △ ごま油 △ チーズ ○	牛乳 ○ バターパン □ ミートボール ○ にんじん △ たまねぎ △ マッシュルーム △ じゃがいも △ パセリ(乾) △ トマト缶 △ トマトケチャップ △ トマトピューレ △ ウスターソース △ 丸鶏使用がらスープ △ 三温糖 △ 塩 △ こしょう △ 水 ○ チキンハム △ そら豆 △ にんじん △ キャベツ △ なたね油 △ 三温糖 △ 酢 △ 塩 △ こしょう △ ちりめん △ 刻みひろしま漬 △ にんじん △ じゃがいも △ こまつな △ N/Ag マネー △ 酢 △ レモン果汁 △ あじさいゼリー ○	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 △ かまぼこ赤 ○ にんじん △ たまねぎ △ 糸こんにやく △ 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 ○ 素干しのり ○ にんじん △ もやし △ キャベツ △ こまつな △ 三温糖 △ 酢 △ こいくちしょうゆ △	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 □ 高野豆腐 ○ 料理酒 ○ おろししょうが △ かまぼこ赤 ○ にんじん △ たまねぎ △ 干し椎茸 △ じゃがいも △ さやいんげん △ たまご △ 三温糖 △ こいくちしょうゆ △ みりん風調味料 △ 塩 △ こいくちしょうゆ △ 水 ○ 素干しのり ○ にんじん △ もやし △ キャベツ △ こまつな △ 三温糖 △ 酢 △ こいくちしょうゆ △			
エネルギー 相当量	622 kcal 2.2 g	592 kcal 2.0 g	597 kcal 2.4 g	617 kcal 1.6 g	603 kcal 1.8 g	596 kcal 1.7 g	598 kcal 1.4 g	582 kcal 2.6 g	606 kcal 1.7 g	617 kcal 1.6 g		
日(曜)	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	29(月)	30(火)
献立	牛乳 ごはん 新じゃがのそぼろ煮 切干大根のごま酢あえ	牛乳 ごはん 肉豆腐 ごぼうのマヨネーズあえ	牛乳 背割りコッペパン ウイナの「ガチャ」ソース 蒸しキャベツ ミルクスープ	牛乳 古代米ごはん 小いわしの天ぷら 梅肉あえ ゆめまる元気汁	牛乳 ごはん タコライスの具 青じそスープ 冷凍パン	牛乳 ごはん あじのみそだれかけ 青じそあえ かみなり汁	牛乳 ごはん 筑前煮 おかかあえ	牛乳 コッペパン カレーパグッティ カルちゃんサラダ	牛乳 ごはん マーボー豆腐 荳わかめの中華あえ	牛乳 ごはん いかとじゃがいものうま煮 米粉めん酢の物	牛乳 ごはん 鶏肉のから揚げ 昆布あえ いわしのつみれ汁	牛乳 ごはん ホイコーロー 中華くらげあえ
献立の材料	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 □ 鶏ひき肉 ○ 料理酒 △ おろししょうが △ さつま揚げ △ 絹揚げ △ にんじん △ たまねぎ △ 細切りこんにやく △ じゃがいも △ 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 ○ 切干しだいこん △ カットわかめ △ にんじん △ きゅうり △ 白ごま △ 三温糖 △ 酢 △ 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 △ 木綿豆腐 △ たまねぎ △ にんじん △ 糸こんにやく △ ねぎ △ 三温糖 △ こいくちしょうゆ △ みりん風調味料 △ 水 ○ ツナ水煮 ○ にんじん △ ごぼう △ キャベツ △ にんじん △ きゅうり △ N/Ag マネー △ 酢 △ 塩 △ こしょう △ うすくちしょうゆ ○	牛乳 ○ コッペパン □ カット用ウイナ ○ なたね油 □ トマトケチャップ □ ウスターソース □ 三温糖 □ 水 ○ キャベツ △ 鶏肉 ○ 料理酒 ○ にんじん △ たまねぎ △ マッシュルーム △ 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 ○	牛乳 ○ 精白米 □ 玄米 黒米 赤米 □ 学校給食用強化米 □ 豚ひき肉 ○ 料理酒 ○ おろしにんにく △ カレー粉 △ チリパウダー △ 中みそ △ たまねぎ △ みりん風調味料 △ 料理酒 △ 水 ○ 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 △ キャベツ △ 中みそ △ 水 ○ 冷凍パン △	牛乳 ○ 精白米 □ 玄米 黒米 赤米 □ 学校給食用強化米 □ 鶏ひき肉 ○ 料理酒 ○ おろしにんにく △ さつま揚げ △ にんじん △ ごぼう △ 干し椎茸 △ 板こんにやく △ じゃがいも △ 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 ○ キャベツ △ 青じそ(乾) △ 板こんにやく △ 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 △ こしょう △ 水 ○ 冷凍パン △	牛乳 ○ 精白米 □ 学校給食用強化米 □ あじでん粉付き ○ 揚げ油 □ おろししょうが △ 三温糖 △ こいくちしょうゆ △ ごぼう △ だけこの △ 干し椎茸 △ 板こんにやく △ じゃがいも △ 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 ○ ちくわスライス ○ にんじん △ キャベツ △ こまつな △ ねぎ △ 和え物用花かつお △ 三温糖 △ こいくちしょうゆ △	牛乳 ○ コッペパン □ 豚肉 ○ 料理酒 ○ おろししょうが △ カツパグッティ △ にんじん △ たまねぎ △ マッシュルーム △ グリーンピース △ 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 ○ おろししょうが △ かまぼこ赤 ○ にんじん △ たまねぎ △ 木綿豆腐 △ にんじん △ 板こんにやく △ じゃがいも △ さやいんげん △ 三温糖 △ こいくちしょうゆ △ みりん風調味料 △ 塩 △ こしょう △ 水 ○ 米粉めん ○ にんじん △ キャベツ △ きゅうり △ 三温糖 △ 酢 △ こいくちしょうゆ △ 水 ○	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 △ さつま揚げ △ おろしにんにく △ にんじん △ じゃがいもでん粉 △ 揚げ油 □ にんじん △ たまねぎ △ キャベツ △ こまつな △ 塩昆布 △ 三温糖 △ こいくちしょうゆ △ みりん風調味料 △ 水 ○ いわしつみれ ○ 絹揚げ(ミニ) ○ じゃがいも ○ にんじん △ たまねぎ △ えのきたけ △ ねぎ △ 中華くらげ ○ にんじん △ じゃがいも △ きゅうり △ 三温糖 △ 酢 △ こいくちしょうゆ △ 料理酒 △ 塩 △ 水 ○			
エネルギー 相当量	593 kcal 1.6 g	614 kcal 1.3 g	580 kcal 2.6 g	613 kcal 2.2 g	588 kcal 1.6 g	584 kcal 1.6 g	604 kcal 1.5 g	595 kcal 2.7 g	604 kcal 1.7 g	588 kcal 1.5 g	617 kcal 1.6 g	575 kcal 2.0 g



6月11日は入梅で、暦の上で梅雨入りの目安とされる日です。

この時期のマイワシは「入梅いわし」と呼ばれ、脂がのって特においしいとされています。また、梅の実が熟す季節でもあり、梅干しや梅酒を仕込む「梅仕事」もこの時期ならではの風習です。給食の献立にも、いわしや梅が登場します。

入梅の時期に旬を迎える食べ物



マイワシ うめ

※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) (こんにやくは、いも類(黄)に分類されますが、体内での働きで「おもに体の調子を整えるもとになる食品(緑)」に分類)