



4月 学校給食献立表 A

令和7年度

東広島学校給食センター

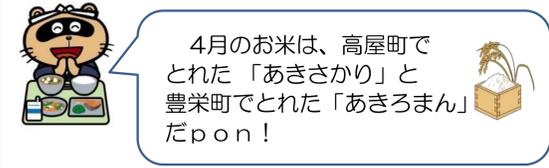
日(曜)	8(火)	9(水)	10(木)	11(金)	14(月)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)
献立	牛乳 ハヤシライス (ごはん・ハヤシライスのルウ) アスパラガスのサラダ	牛乳 ごはん がんす 五目きんぴら 豆腐汁	牛乳 バターパン ミートボールのトマト煮 竹ちゃんサラダ	牛乳 ごはん ホイコーロー 春雨スープ	牛乳 ごはん 豚じゃが 切干大根の甘酢あえ	牛乳 ごはん マーボー豆腐 バンバンジー	牛乳 わかめごはん 鶏肉のからあげ レモンあえ ABCスープ お祝いデザート	牛乳 コッペパン クラムチャウダー 春色ソテー	牛乳 古代米ごはん 黒鯛の香芳だれかけ 春キャベツとわかめの酢の物 ゆめまる汁
食材名	牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 牛肉 12.00 ○ 豚肉 28.00 ○ 料理酒 1.00 にんにく 0.20 △ にんじん 12.00 △ たまねぎ 60.00 △ マッシュルーム 10.00 △ グリーンピース 4.00 △ ハヤシルウ 12.00 トマトケチャップ 2.00 デミグラスソース 6.00 ウスターソース 1.50 三温糖 0.50 □ こしょう 0.02 水 75.00 チキンハム 5.00 ○ アスパラガス 10.00 △ にんじん 5.00 △ キャベツ 35.00 △ とうもろこし 6.00 △ なたね油 1.00 □ 三温糖 0.80 □ 塩 0.15 酢 2.50 こしょう 0.01	牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 がんす 45.00 ○ 揚げ油 4.50 □ 豚肉 6.00 ○ 料理酒 0.40 にんじん 3.00 △ たまねぎ 12.00 △ 細切りこんにやく 8.00 △ いんげん 6.00 △ 三温糖 0.60 □ こいくちしょうゆ 2.00 みりん風調味料 0.25 ごま油 0.50 □ 水 30.00 木綿豆腐 7.00 △ にんじん 30.00 △ たまねぎ 5.00 △ ねぎ 3.00 △ だし昆布 1.00 混合削り節 2.00 料理酒 0.60 こいくちしょうゆ 3.00 うすくちしょうゆ 1.50 塩 0.25 水 125.00	牛乳 206.00 ○ バターパン 55.00 □ ミートボール 25.00 ○ にんじん 20.00 △ たまねぎ 45.00 △ しめじ 8.00 △ キャベツ 45.00 △ いんげん 6.00 △ ダイストマト缶詰 20.00 △ たまねぎ 7.00 トマトケチャップ 3.00 トマトビュール 1.30 ウスターソース 0.45 丸鶏使用がらスープ 1.00 □ 三温糖 0.10 赤みそ 0.02 こしょう 0.02 水 30.00 チキンハム 8.00 ○ たけのこ 12.00 △ にんじん 5.00 △ きゅうり 15.00 △ じゃがいも 25.00 □ ノンエッグマヨネーズ 6.00 □ 三温糖 0.50 □ もやし 1.00 はるさめ 0.10 チンゲンサイ 10.00 △ 丸鶏使用がらスープ 0.60 こいくちしょうゆ 2.50 塩 0.20 こしょう 0.02 ごま油 0.60 □ 水 120.00	牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 豚肉 35.00 ○ 料理酒 0.80 しょうが 0.30 △ にんにく 0.30 △ トウバンジャン 0.05 にんじん 15.00 △ たまねぎ 30.00 △ 糸こんにやく 40.00 △ じゃがいも 10.00 △ グリーンピース 5.00 △ 三温糖 0.40 □ こいくちしょうゆ 0.70 みりん風調味料 3.00 ○ 中みそ 1.00 水 3.20 ちりめん 1.50 ○ 切干しだいこん 5.00 △ にんじん 8.00 △ きゅうり 15.00 △ 三温糖 1.20 □ ごま油 2.40 鶏ささみ(ちゃん) 2.00 にんじん 10.00 ○ じゃがいもでん粉 8.00 △ 水 25.00 三温糖 1.20 □ ごま油 2.40 お祝いデザート	牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 豚肉 25.00 ○ 料理酒 0.80 しょうが 10.00 ○ にんにく 25.00 ○ トウバンジャン 15.00 △ 木綿豆腐 35.00 △ にんじん 20.00 △ たまねぎ 60.00 △ 干し椎茸 5.00 △ たけのこ 2.00 □ ねぎ 5.50 三温糖 4.00 △ 塩 1.20 □ こいくちしょうゆ 1.80 みりん風調味料 1.60 赤みそ 5.00 ○ 中みそ 2.00 ○ じゃがいもでん粉 0.80 □ 水 25.00 ごま油 0.30 □ 鶏ささみ(ちゃん) 10.00 ○ パセリ(乾) 5.00 △ 丸鶏使用がらスープ 35.00 △ 塩 10.00 △ こしょう 0.50 □ 水 125.00 お祝いデザート	牛乳 206.00 ○ 精白米 70.00 □ わかめごはんの素 2.00 ○ 学校給食用強化米 0.21 鶏肉 20.00 ○ 料理酒 1.00 あさり 15.00 ○ にんじん 15.00 △ 揚げ油 5.00 □ たまねぎ 30.00 △ しょうが 0.20 △ 三温糖 40.00 □ マッシュルーム 6.00 △ 料理酒 1.40 パセリ(乾) 0.03 △ 有塩バター 1.50 □ キャベツ 3.00 ○ 白ごま 0.80 □ 調理用牛乳 20.00 ○ 丸鶏使用がらスープ 0.60 塩 0.25 こしょう 0.02 水 65.00 ベーコン 6.00 ○ 料理酒 0.50 にんじん 10.00 △ たまねぎ 30.00 △ なたね油 0.50 □ 塩 5.00 △ とうもろこし 5.00 △ 油揚げ 3.50 ○ 木綿豆腐 20.00 ○ キャベツ 35.00 △ アスパラガス 12.00 △ にんじん 8.00 △ たまねぎ 15.00 △ じゃがいも 20.00 □ 山菜ミックス 6.00 △ ねぎ 3.00 △ だし煮干し 2.00 中みそ 8.50 ○ 水 125.00	牛乳 206.00 ○ 精白米 70.00 □ 黒米 2.00 □ 学校給食用強化米 0.20 鶏肉 20.00 ○ 料理酒 1.00 黒鯛でんぶん付き 50.00 ○ 揚げ油 5.00 □ しょうが 0.20 △ 三温糖 40.00 □ 料理酒 1.00 みりん風調味料 1.40 有塩バター 1.50 □ キャベツ 3.00 ○ 白ごま 0.80 □ 水 5.00 にんじん 3.00 △ わかめ 0.30 ○ キャベツ 30.00 △ 三温糖 0.75 □ 酢 1.45 こいくちしょうゆ 0.20 塩 0.10		
エネ	626 kcal	560 kcal	563 kcal	568 kcal	597 kcal	610 kcal	632 kcal	544 kcal	606 kcal
蛋白	23.0 g	20.6 g	21.5 g	23.6 g	23.6 g	27.5 g	25.1 g	22.8 g	25.5 g
塩分	2.1 g	2.1 g	2.6 g	2.0 g	1.6 g	1.7 g	1.5 g	2.3 g	1.9 g
日(曜)	21(月)	22(火)	23(水)	24(木)	25(金)	28(月)	30(水)		
献立	牛乳 ごはん 親子煮 大豆のおかかあえ	牛乳 ごはん 鱈の照り焼き 昆布あえ 豆乳みそ汁	牛乳 ごはん 生揚げの中華煮 ひじきの中華あえ	牛乳 コッペパン オムレツのケチャップソース きぬさやのソテー 白いんげん豆のスープ煮	牛乳 ごはん 豚肉のごまみそ炒め わかめサラダ	牛乳 チキンカレーライス (ごはん・チキンカレーライスのルウ) ツナサラダ	牛乳 ごはん かつおフライ 青じそキャベツ 若竹汁 かしわもち		
食材名	牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 鶏肉 25.00 ○ 料理酒 1.00 にんじん 15.00 △ たまねぎ 40.00 △ じゃがいも 60.00 □ 板こんにやく 20.00 △ きぬさや 5.00 △ たまご 20.00 ○ 三温糖 1.35 □ こいくちしょうゆ 5.50 みりん風調味料 1.50 水 30.00 大豆(ゆで) 10.00 ○ にんじん 5.00 △ 絹揚げ 35.00 △ もやし 10.00 △ こまつな 10.00 △ 和え物用花かつお 0.80 ○ 三温糖 0.80 □ こいくちしょうゆ 1.60	牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 さわら 50.00 ○ しょうが 0.12 △ 三温糖 1.20 □ 料理酒 0.80 みりん風調味料 1.00 こいくちしょうゆ 2.40 水 0.15 □ にんじん 5.00 △ もやし 30.00 △ 塩昆布 0.50 □ うすくちしょうゆ 0.20 絹揚げ 15.00 ○ にんじん 8.00 △ たまねぎ 20.00 △ 水 25.00 □ えのきたけ 5.00 △ しめじ 3.00 △ 豆乳 15.00 ○ 中みそ 8.50 ○ だし煮干し 2.00 水 110.00	牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 豚肉 25.00 ○ 料理酒 1.00 しょうが 0.20 △ にんにく 0.20 △ 絹揚げ 55.00 ○ にんじん 20.00 △ たまねぎ 40.00 △ たけのこ 20.00 △ 水煮しいたけ 5.00 △ チンゲンサイ 10.00 △ 丸鶏使用がらスープ 0.50 □ 三温糖 0.50 □ こしょう 4.50 みりん風調味料 1.00 じゃがいもでん粉 0.80 □ ごま油 0.60 □ 水 40.00 鶏ささみ(ちゃん) 5.00 ○ じゃがいも 1.00 ○ 干ひじき(乾) 3.00 △ にんじん 3.00 △ パセリ(乾) 0.03 △ 丸鶏使用がらスープ 30.00 △ とうもろこし 5.00 △ こまつな 12.00 △ 白ごま 0.80 □ ごま油 0.50 □ 三温糖 1.20 □ 塩 2.00 こしょう 0.08	牛乳 206.00 ○ コッペパン 55.00 □ オムレツ 50.00 ○ トマトケチャップ 8.00 三温糖 0.40 □ ウスターソース 1.00 水 3.00 ベーコン 5.00 ○ なたね油 0.30 □ にんじん 4.00 △ チンゲンサイ 20.00 △ キャベツ 20.00 △ きぬさや 10.00 △ 塩 0.10 こしょう 0.01 鶏肉 15.00 ○ 料理酒 0.80 白いんげんまめ(乾) 8.00 ○ にんじん 10.00 △ わかめ 10.00 △ たまねぎ 30.00 △ もやし 40.00 △ きゅうり 5.00 △ 干ひじき(乾) 5.00 △ 三温糖 0.03 △ 丸鶏使用がらスープ 30.00 △ 塩 0.30 こしょう 0.02 水 80.00 ちりめん 2.00 ○ わかめ 0.60 ○ にんじん 5.00 △ もやし 35.00 △ きゅうり 15.00 △ 三温糖 0.80 □ 酢 2.50 塩 0.20 なたね油 0.80 □ 塩 0.20 こしょう 0.01	牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 豚肉 30.00 ○ 料理酒 0.80 しょうが 0.30 △ にんじん 15.00 △ たまねぎ 45.00 △ じゃがいも 30.00 ○ キャベツ 50.00 △ グリーンピース 12.00 △ カレールウ 4.00 △ トマトケチャップ 3.00 ウスターソース 1.00 こしょう 1.50 水 80.00 ツナ油漬け 8.00 ○ にんじん 5.00 △ もやし 30.00 △ こいくちしょうゆ 30.00 △ とうもろこし 5.00 △ きゅうり 35.00 △ 三温糖 12.00 △ 塩 0.50 □ 酢 2.50 塩 0.20 こしょう 0.01	牛乳 206.00 ○ 精白米 70.00 □ 学校給食用強化米 0.21 かつおフライ 50.00 ○ 揚げ油 5.00 □ キャベツ 35.00 △ 青じそ(乾) 0.30 かまぼこ赤 5.00 ○ 木綿豆腐 20.00 ○ にんじん 5.00 △ たまねぎ 15.00 △ たけのこ 15.00 △ えのきたけ 6.00 △ わかめ 0.60 ○ ねぎ 3.00 △ だし昆布 1.00 混合削り節 2.00 こいくちしょうゆ 1.50 うすくちしょうゆ 2.00 料理酒 1.00 塩 0.20 水 125.00 かしわもち 30.00 □			
エネ	593 kcal	572 kcal	604 kcal	567 kcal	577 kcal	620 kcal	624 kcal		
蛋白	23.8 g	26.4 g	24.8 g	25.6 g	24.2 g	20.6 g	24.4 g		
塩分	1.3 g	1.8 g	1.6 g	2.6 g	1.5 g	2.3 g	1.6 g		

広島県の郷土料理

入学進級お祝い献立

食育の日

行事食:こどもの日



4月のお米は、高屋町でとれた「あきさかり」と豊栄町でとれた「あきろまん」だpon!

○: 赤のなかまの食べ物 (主に体をつくる) △: 緑のなかまの食べ物 (主に体の調子を整える) □: 黄のなかまの食べ物 (主にエネルギーのもとになる) ※ 一人分量と栄養価は4年生の量を基準に算出しています。