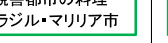
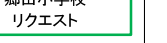
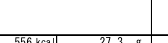
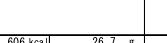




5月 学校給食献立表 B (小)

令和7年度

東広島市学校給食センター

日(曜)	1(木)	2(金)	7(水)	8(木)	9(金)	12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)									
献立	牛乳 ごはん 春雨炒め 中華スープ	遠足	牛乳 ごはん 鮭の塩焼き 添え野菜 相性汁 抹茶デザート	牛乳 豆ごはん 炒り豆腐 ごまじゃこあえ	牛乳 ごはん 呉の肉じゃが 大豆の燗香あえ	牛乳 ごはん しゅうまい もやしの甘酢あえ ちゃんぽんスープ	牛乳 バターパン フェイジョアード カラフルサラダ	牛乳 ごはん チキン勝つ ちくわサラダ もずくスープ	牛乳 ごはん 高野豆腐のうま煮 つけものあえ	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									
食 材 名	牛乳 精白米 学校給食用強化米 豚肉 料理酒 しょうが にんにく はるさめ にんじん たまねぎ たけのこ チンゲンサイ 丸鶏使用がらスープ オイスターソース 三温糖 こいくちしょうゆ 塩 ごま油 水 木綿豆腐 にんじん たまねぎ えのきたけ もやし とうもろこし わかめ 丸鶏使用がらスープ 料理酒 塩 ごま油 水	遠足	牛乳 精白米 学校給食用強化米 鮭50g 料理酒 しょうが にんじん もやし こまつな 塩昆布 ちんげんサイ ベーコン にんじん 三温糖 たまねぎ 余こんにゃく じゃがいも ねぎ だし煮干し ごま油 水 調理用牛乳 しょうゆ 抹茶デザート	牛乳 精白米 学校給食用強化米 鶏肉 料理酒 しょうが 木綿豆腐 さつま揚げ にんじん たまねぎ ごぼう 干し椎茸 ベーコン にんじん 三温糖 たまねぎ 余こんにゃく じゃがいも ねぎ だし煮干し ごま油 水 調理用牛乳 しょうゆ 抹茶デザート	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 しょうが 木綿豆腐 さつま揚げ にんじん たまねぎ ごぼう 干し椎茸 ベーコン にんじん 三温糖 たまねぎ 余こんにゃく じゃがいも ねぎ だし煮干し ごま油 水 調理用牛乳 しょうゆ 抹茶デザート	牛乳 精白米 学校給食用強化米 牛肉 料理酒 しょうが 余こんにゃく もやし きゅうり 三温糖 こいくちしょうゆ みりん風調味料 水 大豆(ゆで) にんじん キャベツ こまつな きゅうり 三温糖 しょうゆ 鶏肉 料理酒 しょうが 余こんにゃく もやし きゅうり 三温糖 しょうゆ 水 丸鶏使用がらスープ しょうゆ みりん風調味料 ごま油 水	牛乳 精白米 学校給食用強化米 しゅうまい 白ワイン 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 セサリ(乾) 豚肉 塩 ごま油 水 ツナ油漬け たまねぎ キャベツ ピーマンミックス 三温糖 酢 ねぎ 丸鶏使用がらスープ しょうゆ ごま油 水	牛乳 精白米 学校給食用強化米 チキンカツ50g 1冊 鶏肉 料理酒 しょうが 高野豆腐 さつま揚げ にんじん たまねぎ 板こんにゃく アスパラガス なたね油 ごま油 カリカリ梅 酢 こいくちしょうゆ 水 ベーコン せん切りたくあん にんじん もやし 木綿豆腐 にんじん たまねぎ 三温糖 酢 ねぎ 丸鶏使用がらスープ ごま油 ごま油 水	牛乳 精白米 学校給食用強化米 鶏肉 料理酒 しょうが さつま揚げ にんじん たまねぎ 板こんにゃく アスパラガス なたね油 ごま油 カリカリ梅 酢 こいくちしょうゆ 水 ベーコン せん切りたくあん にんじん もやし 木綿豆腐 にんじん たまねぎ 三温糖 酢 ねぎ 丸鶏使用がらスープ ごま油 ごま油 水	牛乳 精白米 学校給食用強化米 鶏肉 料理酒 しょうが さつま揚げ にんじん たまねぎ 板こんにゃく アスパラガス なたね油 ごま油 カリカリ梅 酢 こいくちしょうゆ 水 ベーコン せん切りたくあん にんじん もやし 木綿豆腐 にんじん たまねぎ 三温糖 酢 ねぎ 丸鶏使用がらスープ ごま油 ごま油 水									
																			
	5月のお米は、高屋町でとれた 「あきさかり」だ pon!				広島島の郷土料理		親善都市の料理 ブラジル・マリリア市		郷田小学校 リクエスト										
	エネ 蛋白 塩分	552 kcal 1.8 g		617 kcal 2.0 g	28.3 g 2.0 g	615 kcal 2.6 g	26.8 g 2.6 g	604 kcal 1.5 g	21.5 g 1.5 g	560 kcal 1.7 g	23.6 g 2.3 g	584 kcal 2.6 g 2.3 g	26.2 g 2.3 g	599 kcal 2.3 g	23.6 g 2.3 g	562 kcal 1.8 g	25.3 g 1.8 g	595 kcal 1.5 g	24.2 g 1.5 g
	日(曜)	19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)								
	献立	牛乳 ごはん ツナそばごはん 和風スープ煮	牛乳 コッペパン ハムステーキ フレンチチーズサラダ 熱く燃えろ!! Cスープ	牛乳 ごはん 豚ニラ炒め レタスと卵のスープ	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 チキンカレーライス (ごはん・チキンカレーライスのルウ) そら豆のサラダ	牛乳 ごはん えびと豆腐の中華煮 パンサンズ	牛乳 コッペパン 魚のバーベキューソース コーンキャベツ ひよこ豆のスープ	牛乳 ごはん がんもどきの五目煮 酢の物	牛乳 ごはん ビビンバ (ごはん・ビビンバの具) わかめスープ	牛乳 ごはん しらす卵焼き ちくわと野菜のマヨネーズあえ おこめん汁								
	食 材 名	牛乳 精白米 学校給食用強化米 ツナ油漬け にんじん ごぼう 干し椎茸 いんげん しょうが 三温糖 2.20 酢 みりん風調味料 こいくちしょうゆ 鶏肉 木綿豆腐 にんじん たまねぎ しめじ キャベツ こまつな だし昆布 蓮合割り餅 うすくちしょうゆ 料理酒 塩 水	牛乳 コッペパン ポロニアソーセージ50g 1枚 鶏肉 しょうが トウバンジャン アスパラガス ダイオウソース 三温糖 酢 たまねぎ キャベツ なす ごま油 水 鶏肉 しょうが キャベツ たまねぎ しめじ キャベツ こまつな だし昆布 蓮合割り餅 うすくちしょうゆ 料理酒 塩 水	牛乳 精白米 学校給食用強化米 黒米 鶏肉 しょうが トウバンジャン アスパラガス ダイオウソース 三温糖 酢 たまねぎ キャベツ なす ごま油 水 鶏肉 しょうが キャベツ たまねぎ しめじ キャベツ こまつな だし昆布 蓮合割り餅 うすくちしょうゆ 料理酒 塩 水	牛乳 精白米 学校給食用強化米 黒米 鶏肉 しょうが トウバンジャン アスパラガス ダイオウソース 三温糖 酢 たまねぎ キャベツ なす ごま油 水 鶏肉 しょうが キャベツ たまねぎ しめじ キャベツ こまつな だし昆布 蓮合割り餅 うすくちしょうゆ 料理酒 塩 水	牛乳 精白米 学校給食用強化米 黒米 鶏肉 しょうが トウバンジャン アスパラガス ダイオウソース 三温糖 酢 たまねぎ キャベツ なす ごま油 水 鶏肉 しょうが キャベツ たまねぎ しめじ キャベツ こまつな だし昆布 蓮合割り餅 うすくちしょうゆ 料理酒 塩 水	牛乳 精白米 学校給食用強化米 ホキでん粉付き 50.00 酢 鶏肉 しょうが トウバンジャン アスパラガス ダイオウソース 三温糖 酢 たまねぎ キャベツ なす ごま油 水 鶏肉 しょうが キャベツ たまねぎ しめじ キャベツ こまつな だし昆布 蓮合割り餅 うすくちしょうゆ 料理酒 塩 水	牛乳 精白米 学校給食用強化米 コッペパン 55.00 酢 鶏肉 しょうが トウバンジャン アスパラガス ダイオウソース 三温糖 酢 たまねぎ キャベツ なす ごま油 水 鶏肉 しょうが キャベツ たまねぎ しめじ キャベツ こまつな だし昆布 蓮合割り餅 うすくちしょうゆ 料理酒 塩 水	牛乳 精白米 学校給食用強化米 チキンカツ50g 1冊 鶏肉 料理酒 しょうが 高野豆腐 さつま揚げ にんじん たまねぎ 板こんにゃく アスパラガス なたね油 ごま油 カリカリ梅 酢 こいくちしょうゆ 水 ベーコン せん切りたくあん にんじん もやし 木綿豆腐 にんじん たまねぎ 三温糖 酢 ねぎ 丸鶏使用がらスープ ごま油 ごま油 水	牛乳 精白米 学校給食用強化米 鶏肉 料理酒 しょうが さつま揚げ にんじん たまねぎ 板こんにゃく アスパラガス なたね油 ごま油 カリカリ梅 酢 こいくちしょうゆ 水 ベーコン せん切りたくあん にんじん もやし 木綿豆腐 にんじん たまねぎ 三温糖 酢 ねぎ 丸鶏使用がらスープ ごま油 ごま油 水	牛乳 精白米 学校給食用強化米 鶏肉 料理酒 しょうが さつま揚げ にんじん たまねぎ 板こんにゃく アスパラガス なたね油 ごま油 カリカリ梅 酢 こいくちしょうゆ 水 ベーコン せん切りたくあん にんじん もやし 木綿豆腐 にんじん たまねぎ 三温糖 酢 ねぎ 丸鶏使用がらスープ ごま油 ごま油 水								
																			
		ひろしま給食				食育の日													
		エネ 蛋白 塩分	579 kcal 1.8 g	564 kcal 2.4 g	562 kcal 2.4 g	24.7 g 2.4 g	570 kcal 1.8 g	28.1 g 2.2 g	628 kcal 1.6 g	21.2 g 2.3 g	593 kcal 1.6 g	28.2 g 2.3 g	556 kcal 2.7 g 2.3 g	27.3 g 2.3 g	606 kcal 1.9 g	26.7 g 2.4 g	586 kcal 2.4 g	24.6 g 2.4 g	571 kcal 1.8 g

○：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。