



# 5月 学校給食献立表 B

令和8年度

東広島学校給食センター

日(曜)	1(金)	7(木)	8(金)	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)	18(月)
献立		牛乳 ごはん しゅうまい ジャキッとポテトの中華あえ 八宝菜	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 えびと豆腐の中華煮 パンサンスー	牛乳 黒糖パン フェイジョアアード フレンチーズサラダ	牛乳 ごはん さばのみそだれかけ ごまキャベツ 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 勝つカレーライス (ごはん) (チキンカツ) (勝つカレーライスのルウ) アスパラガスとベーコンのサラダ	牛乳 豆ごはん 炒り豆腐 わかめの酢の物
食材名		牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 しゅうまい18g 2個 ○ ちりめん 1.00 ○ にんじん 5.00 △ じゃがいも 24.00 □ ごまつな 8.00 □ ごま油 0.45 □ 三温糖 0.75 □ 酢 1.20 こいくちしょうゆ 1.20 豚肉 20.00 ○ 料理酒 1.00 おろししょうが 0.12 △ おろしにんにく 0.12 △ いか 15.00 ○ かまぼこ赤 8.00 ○ にんじん 15.00 △ たまねぎ 40.00 △ たけのこ 20.00 △ キャベツ 50.00 △ チンゲンサイ 10.00 △ 丸鶏使用がらスープ 0.30 三温糖 0.50 □ こいくちしょうゆ 3.00 オイスターソース 0.50 塩 0.15 こしょう 0.02 じゃがいもでん粉 0.70 □ 水 10.00	牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 鶏肉 30.00 ○ 料理酒 0.80 ミニがんもどき 22.00 ○ さつま揚げ 10.00 ○ にんじん 15.00 △ ごぼう 10.00 △ しいたけ 6.00 △ 板こんにやく 20.00 △ じゃがいも 45.00 △ さやいんげん 8.00 △ 三温糖 1.70 □ こいくちしょうゆ 5.50 みりん風調味料 2.00 水 30.00 にんじん 8.00 △ 切干しだいこん 5.00 △ きゅうり 15.00 △ 三温糖 1.20 □ 酢 2.40 うすくちしょうゆ 2.00	牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 豚肉 20.00 ○ 料理酒 0.60 おろししょうが 0.20 △ おろしにんにく 0.20 △ むきえび 18.00 ○ 木綿豆腐 80.00 ○ にんじん 15.00 △ たまねぎ 35.00 △ たけのこ 15.00 △ しいたけ 5.00 △ チンゲンサイ 10.00 △ こいくちしょうゆ 2.50 丸鶏使用がらスープ 0.50 塩 0.20 じゃがいもでん粉 0.80 □ 水 15.00 ダイスチーズ 3.00 ○ 油揚げ 5.00 △ キャベツ 35.00 △ きゅうり 12.00 △ なたね油 1.00 □ 三温糖 0.80 □ 酢 2.40 はるさめ 5.00 □ 白ごま 0.80 □ 三温糖 1.00 □ 酢 2.40 こいくちしょうゆ 1.50 ごま油 0.80 □	牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 黒糖パン 55.00 □ 豚肉 30.00 ○ 料理酒 0.60 おろしにんにく 0.20 △ ミックスビーンズ 20.00 ○ にんじん 15.00 △ たまねぎ 40.00 △ じゃがいも 40.00 □ マッシュルーム 6.00 △ パセリ(乾) 0.03 丸鶏使用がらスープ 0.55 塩 0.25 こしょう 0.02 水 70.00 キャベツ 35.00 △ 白ごま 0.50 □ うすくちしょうゆ 1.00 木綿豆腐 20.00 ○ 油揚げ 4.00 ○ にんじん 8.00 △ ごぼう 8.00 △ 干し椎茸 0.50 △ 細切りこんにやく 10.00 △ さといも 20.00 □ ねぎ 3.00 △ だし煮干し 2.00 こいくちしょうゆ 2.50 うすくちしょうゆ 1.80 塩 0.15 ごま油 0.50 □ 水 125.00 抹茶デザート40g 1個 □	牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 さば50g 1切 ○ おろししょうが 0.25 △ 三温糖 1.00 □ こいくちしょうゆ 0.50 中みそ 3.00 ○ 料理酒 1.00 □ みりん風調味料 0.80 こいくちしょうゆ 6.00 じゃがいもでん粉 0.30 □ 水 3.00 キャベツ 35.00 △ 大豆(ゆで) 10.00 ○ にんじん 6.00 △ ウスターソース 30.00 △ こしょう 0.02 ごまつな 12.00 △ 水 90.00 素干しのり 0.50 ○ 三温糖 0.60 □ 酢 1.20 こいくちしょうゆ 2.00	牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 チキンカツ40g 1個 ○ 揚げ油 4.00 □ 鶏肉 30.00 ○ 料理酒 0.80 鶏肉 10.00 ○ 料理酒 0.50 おろしにんにく 0.30 △ にんじん 15.00 △ たまねぎ 40.00 △ ねぎ 40.00 □ じゃがいも 40.00 □ カレーウ 14.00 トマトケチャップ 3.00 ウスターソース 2.00 こしょう 0.02 塩 9.00 水 10.00 ベーコン 5.00 ○ アスパラガス 10.00 ○ にんじん 5.00 △ キャベツ 25.00 △ とうもろこし 3.00 △ なたね油 0.60 □ 三温糖 0.50 □ 酢 2.00 うすくちしょうゆ 0.15 塩 0.01	牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 豆ごはんのもと 4.80 △ 鶏肉 25.00 ○ 料理酒 0.80 木綿豆腐 80.00 ○ にんじん 12.00 △ たまねぎ 35.00 △ 干し椎茸 0.50 △ ごぼう 10.00 △ ねぎ 4.00 △ 三温糖 0.80 □ こいくちしょうゆ 4.50 みりん風調味料 1.00 塩 0.20 水 10.00 ちくわスライス 6.00 ○ カットわかめ 0.50 ○ にんじん 6.00 △ もやし 25.00 △ きゅうり 15.00 △ 三温糖 1.00 □ 酢 2.40 うすくちしょうゆ 1.00 塩 0.08	
エネ 塩分		596 kcal  2.0 g	610 kcal  1.7 g	590 kcal  1.4 g	554 kcal  2.0 g	650 kcal  2.0 g	601 kcal  1.4 g	678 kcal  2.6 g	590 kcal  2.8 g
日(曜)	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)
献立	牛乳 コッペパン ハムステーキ 夏みかんのサラダ 熱く燃えろ!!Cスープ	牛乳 ビビンパ (ごはん) (ビビンパの具) ビーフンスープ	牛乳 古代米ごはん かつおの揚げ煮 アスパラガスの炒め物 ゆめまる汁	牛乳 ごはん 大豆とうずら卵のさっぱり煮 しそひじきあえ	牛乳 ごはん 生揚げと野菜のみそ炒め つけものあえ	牛乳 コッペパン パスタのミートソース煮 コールスローサラダ	牛乳 ごはん 白身魚フライ 添え野菜 新玉ねぎのみそ汁	牛乳 ごはん 高野豆腐のうま煮 もち玄米あえ	牛乳 ごはん 豚ニラ炒め レタスと卵のスープ ヨーグルト
食材名	牛乳 206.00 ○ コッペパン 55.00 □ ポロニアソーセージ50g 1枚 ○ なつみかん(缶詰) 10.00 △ キャベツ 15.00 △ きゅうり 10.00 △ なたね油 0.50 □ 三温糖 0.40 □ 酢 1.20 塩 0.10 こしょう 0.01 鶏肉 12.00 ○ 料理酒 0.50 パブリカ(粉) 0.20 にんじん 12.00 △ たまねぎ 15.00 △ しめじ 6.00 △ ちりめん 0.70 ○ じゃがいも 25.00 □ トマト缶 10.00 △ えだまめ 5.00 △ 丸鶏使用がらスープ 0.50 トマトジュース 5.00 △ トマトケチャップ 8.00 三温糖 0.50 □ 塩 0.10 こしょう 0.02 水 105.00	牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 牛肉 15.00 ○ 豚肉 20.00 ○ 料理酒 0.80 おろしにんにく 0.20 △ トウバンジャン 0.08 にんじん 10.00 △ ぜんまい 15.00 △ もやし 30.00 △ ごまつな 10.00 △ はくさいキムチ 10.00 △ ごま油 0.80 □ 三温糖 1.60 □ こいくちしょうゆ 5.00 こしょう 0.02 鶏肉 12.00 ○ 料理酒 0.50 にんじん 8.00 △ たまねぎ 30.00 △ しいたけ 3.00 △ ピーマン 8.00 □ カットわかめ 0.40 ○ 丸鶏使用がらスープ 0.55 トマトジュース 5.00 △ うすくちしょうゆ 2.00 塩 0.25 こしょう 0.02 水 125.00	牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 黒米ミックス 2.40 □ 鶏肉 30.00 ○ 料理酒 0.80 大豆(ゆで) 26.00 ○ うずら卵 20.00 ○ にんじん 15.00 △ たまねぎ 8.00 △ 板こんにやく 20.00 △ じゃがいも 50.00 △ さやいんげん 4.00 △ 三温糖 1.50 □ こいくちしょうゆ 5.50 酢 4.00 みりん風調味料 2.00 水 30.00 にんじん 8.00 △ もやし 35.00 △ ごまつな 12.00 △ せん切りたくあん 8.00 △ にんじん 6.00 △ もやし 30.00 △ ごまつな 12.00 △ 白ごま 0.80 □ 三温糖 1.00 □ 酢 1.50 こいくちしょうゆ 1.00	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 1.00 おろししょうが 0.20 △ 絹揚げ 40.00 ○ にんじん 15.00 △ たまねぎ 30.00 △ たけのこ 15.00 △ マッシュルーム 30.00 △ パセリ(乾) 0.03 三温糖 20.00 △ トマト缶 12.00 ウスターソース 1.60 丸鶏使用がらスープ 0.60 三温糖 0.60 □ 塩 0.10 こしょう 0.02 水 15.00 赤みそ 3.00 ○ 中みそ 2.50 ○ みりん風調味料 1.50 塩 0.60 □ 水 15.00 ごまつな 8.00 △ にんじん 6.00 △ もやし 30.00 △ ごまつな 12.00 △ 白ごま 0.80 □ 三温糖 1.00 □ 酢 1.50 こいくちしょうゆ 1.00	牛乳 206.00 ○ コッペパン 55.00 □ カツスパゲッティ 20.00 □ 牛ひき肉 10.00 ○ 豚ひき肉 15.00 ○ おろししょうが 0.20 △ おろしにんにく 0.20 △ おろしにんにく 0.20 △ たまねぎ 10.00 △ ごまつな 60.00 △ マッシュルーム 8.00 △ パセリ(乾) 0.03 三温糖 20.00 △ トマト缶 12.00 ウスターソース 1.60 丸鶏使用がらスープ 0.60 三温糖 0.60 □ 塩 0.10 こしょう 0.02 水 80.00 キャベツ 8.00 ○ にんじん 5.00 △ キャベツ 30.00 △ きゅうり 12.00 △ とうもろこし 5.00 △ ノンエッグマヨネーズ 5.00 □ 酢 0.60 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 白身魚フライ50g 1個 ○ 揚げ油 5.00 □ 鶏肉 25.00 ○ 料理酒 1.00 高野豆腐 7.00 ○ さつま揚げ 10.00 ○ トウバンジャン 0.10 にんじん 15.00 △ もやし 25.00 △ ごまつな 20.00 △ 干し椎茸 0.80 △ キャベツ 35.00 △ 板こんにやく 20.00 △ じゃがいも 50.00 △ さやいんげん 6.00 △ 三温糖 1.70 □ こいくちしょうゆ 5.50 塩 0.11 こしょう 0.01 水 50.00 もち玄米 2.40 □ にんじん 5.00 △ たまねぎ 25.00 △ キャベツ 35.00 △ きゅうり 15.00 △ レタス 0.50 丸鶏使用がらスープ 2.20 こいくちしょうゆ 1.50 うすくちしょうゆ 1.00 塩 0.15 こしょう 0.02 じゃがいもでん粉 0.60 □ 水 120.00			
エネ 塩分	558 kcal  2.3 g	581 kcal  2.0 g	605 kcal  1.8 g	631 kcal  1.5 g	579 kcal  1.5 g	608 kcal  2.3 g	594 kcal  1.8 g	596 kcal  1.6 g	600 kcal  1.7 g

親善都市の料理  
ブラジル・マリリア市

広島県の郷土料理

郷田小学校  
リクエスト給食

○：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。