



5月 学校給食献立表 B (中)

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 フェイスジョアード 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ー) 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 100.00 □ 学校給食用強化米 0.30 しゅうまい18g 3個 ○ ちりめん 1.30 ○ にんじん 6.50 △ じゃがいも 31.20 □ ごまつな 10.40 △ ごま油 0.59 □ 三温糖 0.98 □ 酢 1.56 こいくちしょうゆ 1.56 豚肉 26.00 ○ 料理酒 1.30 おろししょうが 0.16 △ おろしにんにく 0.16 △ いか 19.50 ○ かまぼこ赤 10.40 ○ にんじん 19.50 △ たまねぎ 52.00 △ たけのこ 26.00 △ キャベツ 65.00 △ チンゲンサイ 13.00 △ 丸鶏使用がらすープ 0.39 三温糖 0.65 □ こいくちしょうゆ 3.90 オイスターソース 0.65 塩 0.20 こしょう 0.02 じゃがいもでん粉 0.91 □ 水 13.00	牛乳 206.00 ○ 精白米 100.00 □ 学校給食用強化米 0.30 鶏肉 39.00 ○ 料理酒 1.04 ミニがんもどき 28.60 ○ さつま揚げ 13.00 ○ にんじん 19.50 △ ごぼう 13.00 △ しいたけ 7.80 板こんにやく 26.00 △ じゃがいも 58.50 □ さやいんげん 10.40 △ 三温糖 2.21 □ こいくちしょうゆ 7.15 みりん風調味料 2.60 水 39.00 にんじん 10.40 △ 切干しだいこん 6.50 △ きゅうり 19.50 △ 三温糖 1.56 □ 酢 3.12 うすくちしょうゆ 2.60	牛乳 206.00 ○ 精白米 100.00 □ 学校給食用強化米 0.30 豚肉 26.00 ○ 料理酒 0.78 おろししょうが 0.26 △ おろしにんにく 0.26 △ たまねぎ 23.40 ○ 木綿豆腐 104.00 ○ にんじん 19.50 △ パセリ(乾) 45.50 △ たけのこ 19.50 △ しいたけ 6.50 △ チンゲンサイ 13.00 △ こいくちしょうゆ 3.25 丸鶏使用がらすープ 0.65 塩 0.26 じゃがいもでん粉 1.04 □ 水 19.50 チキンハム 10.40 ○ にんじん 3.90 △ たまねぎ 26.00 △ きゅうり 13.00 △ はるさめ 6.50 ○ 白ごま 1.04 □ 三温糖 1.30 □ 酢 1.95 こいくちしょうゆ 1.04 □ ごま油 1.04 □	牛乳 206.00 ○ 精白米 100.00 □ 学校給食用強化米 0.30 豚肉 40.00 ○ 料理酒 0.78 おろしにんにく 0.26 △ ミックスビーンズ 26.00 ○ にんじん 19.50 △ たまねぎ 52.00 □ じゃがいも 52.00 □ マッシュルーム 7.80 パセリ(乾) 0.03 丸鶏使用がらすープ 0.68 塩 0.31 こしょう 0.02 水 87.50 ダイスチーズ 3.90 ○ にんじん 6.50 △ キャベツ 45.50 △ きゅうり 15.60 △ なたね油 1.30 □ 三温糖 1.04 □ 酢 3.12 ねぎ 0.23 白ごま 1.04 □ 三温糖 1.30 □ 酢 1.95 こいくちしょうゆ 1.04 □	牛乳 206.00 ○ 精白米 75.00 □ 学校給食用強化米 0.30 豚肉 40.00 ○ 料理酒 0.78 おろししょうが 0.26 △ ミックスビーンズ 26.00 ○ にんじん 19.50 △ たまねぎ 52.00 □ じゃがいも 52.00 □ マッシュルーム 7.80 パセリ(乾) 0.03 丸鶏使用がらすープ 0.68 塩 0.31 こしょう 0.02 水 87.50 キャベツ 45.50 △ 白ごま 0.65 □ うすくちしょうゆ 1.30 木綿豆腐 26.00 ○ 油揚げ 5.20 ○ にんじん 10.40 △ ごぼう 10.40 △ 干し椎茸 0.65 △ 細切りこんにやく 13.00 △ さといも 26.00 □ ねぎ 3.90 △ だし煮干し 2.50 こいくちしょうゆ 3.12 うすくちしょうゆ 2.25 塩 0.18 ごま油 0.62 □ 水 150.00 抹茶デザート40g 1個 □	牛乳 206.00 ○ 精白米 100.00 □ 学校給食用強化米 0.30 牛肉 39.00 ○ 料理酒 1.04 たまねぎ 65.00 △ 糸こんにやく 45.50 △ じゃがいも 91.00 □ 三温糖 2.34 □ こいくちしょうゆ 7.80 みりん風調味料 1.30 水 26.00 キャベツ 45.50 △ うすくちしょうゆ 1.30 大豆(ゆで) 13.00 ○ にんじん 7.80 △ ウスターソース 39.00 △ こしょう 15.60 △ 水 112.50 ベーコン 6.50 ○ アスパラガス 13.00 △ にんじん 6.50 △ キャベツ 32.50 △ とうもろこし 3.90 △ なたね油 0.78 □ 三温糖 0.65 □ 酢 2.60 塩 0.20 こしょう 0.01	牛乳 206.00 ○ 精白米 100.00 □ 学校給食用強化米 0.30 チキンカツ50g 1個 ○ 揚げ油 5.00 □ 鶏肉 32.50 ○ 料理酒 1.04 木綿豆腐 104.00 ○ 料理酒 1.04 にんじん 13.00 ○ たまねぎ 0.65 おろしにんにく 0.39 △ にんじん 19.50 △ 干し椎茸 0.65 △ ごぼう 13.00 △ じゃがいも 52.00 △ カレールー 17.50 トマトケチャップ 3.75 ウスターソース 2.50 こしょう 0.02 塩 112.50 水 13.00 ちくわスライス 7.80 ○ カットわかめ 0.65 ○ にんじん 7.80 △ もやし 32.50 △ きゅうり 19.50 △ 三温糖 1.30 □ 酢 3.12 うすくちしょうゆ 1.30 塩 0.10	
エネ 塩分		735 kcal 2.7 g	738 kcal 2.1 g	712 kcal 1.9 g	700 kcal 2.6 g	763 kcal 2.3 g	730 kcal 1.7 g	823 kcal 3.2 g	715 kcal 3.5 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 チーズ	牛乳 ビビンバ (ごはん) (ビビンパの具) ビーフンスープ レモンゼリー	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 赤じそふりかけ 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 75.00 □ ポロニアソーセージ60g 1枚 ○ なつみかん(缶詰) 13.00 △ キャベツ 19.50 △ きゅうり 13.00 △ なたね油 0.65 □ 三温糖 0.52 □ 酢 1.56 塩 0.13 こしょう 0.01 鶏肉 15.60 ○ 料理酒 0.65 パプリカ(粉) 0.26 にんじん 15.60 △ たまねぎ 19.50 △ しめじ 7.80 △ ちりめん 0.91 ○ じゃがいも 32.50 □ トマト缶 13.00 △ えだまめ 6.50 △ 丸鶏使用がらすープ 0.62 トマトジュース 6.25 △ トマトケチャップ 10.00 三温糖 0.62 □ 塩 0.12 こしょう 0.02 水 131.25 チーズ15g 1個 ○	牛乳 206.00 ○ 精白米 100.00 □ 学校給食用強化米 0.30 牛肉 19.50 ○ 豚肉 26.00 ○ 料理酒 1.04 おろしにんにく 0.26 △ トウバンジャン 0.10 にんじん 13.00 △ ぜんまい 19.50 △ もやし 39.00 △ ごまつな 13.00 △ はくさいキムチ 13.00 △ ごま油 1.04 三温糖 2.08 □ こいくちしょうゆ 6.50 こしょう 0.02 鶏肉 15.60 ○ 料理酒 0.65 にんじん 10.40 △ たまねぎ 39.00 △ しいたけ 3.90 △ ビーフン 10.40 ○ カットわかめ 0.52 ○ 丸鶏使用がらすープ 0.68 トマトジュース 2.50 三温糖 0.62 □ 塩 0.31 こしょう 0.02 水 150.00 レモンゼリー40g 1個 □	牛乳 206.00 ○ 精白米 100.00 □ 学校給食用強化米 0.30 黒米ミックス 3.00 □ 鶏肉 39.00 ○ 料理酒 1.04 大豆(ゆで) 6.50 ○ うずら卵 26.00 ○ にんじん 19.50 △ しめじ 10.40 △ 板こんにやく 26.00 ○ じゃがいも 65.00 □ さやいんげん 5.20 △ 三温糖 1.95 □ にんじん 3.90 △ キャベツ 32.50 △ アスパラガス 13.00 △ 塩 0.16 こしょう 0.01 なたね油 0.39 にんじん 10.40 △ もやし 45.50 △ ごまつな 15.60 △ しそひじきの佃煮 6.50 ○ こいくちしょうゆ 0.78	牛乳 206.00 ○ 精白米 100.00 □ 学校給食用強化米 0.30 豚肉 39.00 ○ 料理酒 1.30 おろししょうが 0.26 △ 絹揚げ 52.00 ○ にんじん 19.50 △ たまねぎ 39.00 △ たけのこ 19.50 △ キャベツ 39.00 △ チンゲンサイ 13.00 △ 三温糖 1.04 □ こいくちしょうゆ 2.60 赤みそ 3.90 みりん風調味料 2.60 水 39.00 にんじん 10.40 △ もやし 45.50 △ ごまつな 15.60 △ 白ごま 1.04 □ 三温糖 1.30 □ 酢 1.95 こいくちしょうゆ 1.30	牛乳 206.00 ○ 精白米 100.00 □ 学校給食用強化米 0.30 コッペパン 75.00 □ カツスバゲッティ 26.00 □ 牛ひき肉 13.00 ○ 豚ひき肉 19.50 ○ 料理酒 1.30 おろししょうが 0.26 △ おろしにんにく 0.26 △ にんじん 13.00 △ たまねぎ 17.50 △ マッシュルーム 10.40 △ パセリ(乾) 0.04 トマト缶 26.00 △ トマトケチャップ 15.00 ウスターソース 2.00 丸鶏使用がらすープ 0.75 三温糖 0.75 □ 塩 0.12 こしょう 0.02 水 100.00 せん切りたくあん 10.40 △ にんじん 7.80 △ もやし 39.00 △ ごまつな 15.60 △ 白ごま 1.04 □ 三温糖 1.30 □ 酢 1.95 こいくちしょうゆ 1.30 チキンハム 10.40 ○ にんじん 6.50 △ キャベツ 39.00 △ きゅうり 15.60 △ とうもろこし 6.50 △ ノンエッグマヨネーズ 6.50 □ 酢 0.78 こしょう 0.01	牛乳 206.00 ○ 精白米 100.00 □ 学校給食用強化米 0.30 白身魚フライ60g 1個 ○ 揚げ油 6.00 □ 鶏肉 32.50 ○ 料理酒 1.30 おろししょうが 0.13 トウバンジャン 0.13 にんじん 19.50 △ ごまつな 10.40 △ さつま揚げ 19.50 △ たけのこ 26.00 △ 干し椎茸 1.04 △ 板こんにやく 26.00 △ じゃがいも 65.00 △ さやいんげん 7.80 △ しいたけ 5.20 △ 三温糖 3.90 △ こいくちしょうゆ 7.15 みりん風調味料 1.56 水 65.00 もち玄米 3.12 □ にんじん 6.50 △ レタス 45.50 △ キャベツ 19.50 △ きゅうり 1.87 三温糖 1.04 □ 酢 2.86 こしょう 2.34 たまご 19.50 ○ にんじん 10.40 △ たまねぎ 32.50 △ レタス 26.00 □ 丸鶏使用がらすープ 0.62 こいくちしょうゆ 1.87 うすくちしょうゆ 1.25 塩 0.18 こしょう 0.02 じゃがいもでん粉 0.75 □ 水 150.00 ヨーグルト80g 1個 ○			
エネ 塩分	737 kcal 3.5 g	736 kcal 2.6 g	731 kcal 2.2 g	768 kcal 1.8 g	701 kcal 2.1 g	765 kcal 3.1 g	707 kcal 2.1 g	725 kcal 2.1 g	711 kcal 2.1 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

ひろしま給食

食育の日

○: 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)