



6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(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)	15(月)
献立	牛乳 古代米ごはん 小いわしの天ぷら 梅肉あえ ゆめまる汁	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 高野豆腐の卵とじ 磯香あえ	牛乳 豚丼 (ごはん) (豚丼の具) 米粉めんのごま酢あえ あじさいゼリー	牛乳 ごはん 生揚げの中華煮 かみかみあえ	牛乳 ごはん 肉もごぼう いわしのつみれ汁	牛乳 コッペパン コロッケ カラフルソテー ひよこ豆のスープ	牛乳 タコライス (ごはん) あじフライ ツナサラダ ABCスープ 冷凍パイ	牛乳 ごはん あじフライ ツナサラダ ABCスープ	牛乳 ごはん まごわやさしいうま煮 梅ちりあえ	牛乳 ごはん ホイコーロー 中華クラゲあえ ヨーグルト
食材名	牛乳 206.00 精白米 100.00 黒米ミックス 3.00 学校給食用強化米 0.30 小いわし天ぷら 52.00 揚げ油 5.20 にんじん 5.20 もやし 26.00 きゅうり 15.60 梅ひしお 2.60 三温糖 0.65 酢 1.04 油揚げ 4.55 にんじん 10.40 たまねぎ 32.50 じゃがいも 39.00 カットわかめ 0.65 ねぎ 3.90 だし煮干し 2.50 中みそ 10.62 水 150.00	牛乳 206.00 バターパン 75.00 にんじん 26.00 ミートボール 39.00 たまねぎ 58.50 マッシュルーム 10.40 じゃがいも 58.50 パセリ(乾) 0.04 トマト缶 26.00 なたね油 1.30 トマトケチャップ 9.10 ウスターソース 1.69 丸鶏使用がらスープ 0.39 三温糖 1.30 塩 0.13 こしょう 0.02 水 45.50 そら豆 15.60 にんじん 10.40 キャベツ 45.50 ごまつな 1.30 三温糖 1.04 酢 3.12 塩 0.26 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 鶏肉 26.00 料理酒 1.30 高野豆腐 9.10 さつま揚げ 10.40 にんじん 19.50 たまねぎ 39.00 干し椎茸 1.04 じゃがいも 65.00 さやいんげん 6.50 たまご 26.00 三温糖 2.34 塩 7.15 こいくちしょうゆ 1.30 みりん風調味料 1.95 水 65.00 素干しのり 0.65 にんじん 7.80 もやし 52.00 キャベツ 19.50 ごまつな 0.91 酢 1.82 こいくちしょうゆ 2.08	牛乳 206.00 精白米 100.00 学校給食用強化米 0.30 豚肉 45.50 料理酒 1.30 おろししょうが 0.26 かまぼこ赤 10.40 おろしにんにく 19.50 にんじん 65.00 たまねぎ 32.50 しいたけ 5.20 チンゲンサイ 2.34 ごま油 7.15 丸鶏使用がらスープ 1.30 三温糖 0.65 塩 0.19 こいくちしょうゆ 0.65 みりん風調味料 1.30 じゃがいもでん粉 39.00 米粉めん 13.00 にんじん 7.80 もやし 32.50 きゅうり 15.60 ごま油 1.04 三温糖 0.78 酢 2.60 こいくちしょうゆ 1.82 塩 0.10 あじさいゼリー40g 1個	牛乳 206.00 精白米 100.00 学校給食用強化米 0.30 豚肉 32.50 料理酒 1.04 おろししょうが 0.26 トウバンジャン 7.15 にんじん 26.00 ごぼう 52.00 細切りこんにやく 26.00 キャベツ 6.50 ピーマン 13.00 中みそ 1.04 白ごま 3.90 三温糖 2.60 塩 3.25 ごま油 0.78 いわしつみれ 31.20 木綿豆腐 26.00 油揚げ 4.55 にんじん 10.40 たまねぎ 19.50 えのきたけ 7.80 ねぎ 3.90 だし昆布 1.25 混合削り節 1.87 こいくちしょうゆ 1.50 うすくちしょうゆ 2.50 料理酒 1.25 塩 0.25 水 150.00	牛乳 206.00 コッペパン 75.00 学校給食用強化米 0.30 ポテトコロッケ60g 1個 揚げ油 6.00 豚ひき肉 45.50 料理酒 1.04 おろしにんにく 0.26 カレー粉 0.13 トウバンジャン 0.10 にんじん 13.00 なたね油 0.65 塩 0.20 こしょう 0.01 鶏肉 15.60 料理酒 1.04 ひよこまめ(ゆで) 23.40 にんじん 13.00 たまねぎ 39.00 冷凍パイ 0.62 調味料 1.25 塩 0.31 こしょう 0.02 水 150.00	牛乳 206.00 精白米 100.00 学校給食用強化米 0.30 鶏肉 32.50 料理酒 1.30 おろししょうが 7.80 さつま揚げ 13.00 にんじん 26.00 ごぼう 19.50 干し椎茸 19.50 板こんにやく 10.40 じゃがいも 0.65 角切り昆布 0.59 さやいんげん 1.95 白ごま 0.13 三温糖 2.34 こいくちしょうゆ 0.01 ベーコン 13.00 料理酒 0.65 にんじん 13.00 たまねぎ 26.00 じゃがいも 26.00 しめじ 7.80 アルファベットマカロニ 4.55 パセリ(乾) 0.37 丸鶏使用がらスープ 0.68 オイスターソース 1.87 塩 0.31 こしょう 0.02 水 150.00	牛乳 206.00 精白米 100.00 学校給食用強化米 0.30 鶏肉 32.50 料理酒 1.30 おろししょうが 7.80 さつま揚げ 13.00 にんじん 26.00 ごぼう 19.50 干し椎茸 19.50 板こんにやく 10.40 じゃがいも 0.65 角切り昆布 0.59 さやいんげん 1.95 白ごま 0.13 三温糖 2.34 こいくちしょうゆ 0.01 ベーコン 13.00 料理酒 0.65 にんじん 13.00 たまねぎ 26.00 じゃがいも 26.00 しめじ 7.80 アルファベットマカロニ 4.55 パセリ(乾) 0.37 丸鶏使用がらスープ 0.68 オイスターソース 1.87 塩 0.31 こしょう 0.02 水 150.00	牛乳 206.00 精白米 100.00 学校給食用強化米 0.30 鶏肉 32.50 料理酒 1.30 おろししょうが 7.80 さつま揚げ 13.00 にんじん 26.00 ごぼう 19.50 干し椎茸 19.50 板こんにやく 10.40 じゃがいも 0.65 角切り昆布 0.59 さやいんげん 1.95 白ごま 0.13 三温糖 2.34 こいくちしょうゆ 0.01 ベーコン 13.00 料理酒 0.65 にんじん 13.00 たまねぎ 26.00 じゃがいも 26.00 しめじ 7.80 アルファベットマカロニ 4.55 パセリ(乾) 0.37 丸鶏使用がらスープ 0.68 オイスターソース 1.87 塩 0.31 こしょう 0.02 水 150.00	牛乳 206.00 精白米 100.00 学校給食用強化米 0.30 鶏肉 32.50 料理酒 1.30 おろししょうが 7.80 さつま揚げ 13.00 にんじん 26.00 ごぼう 19.50 干し椎茸 19.50 板こんにやく 10.40 じゃがいも 0.65 角切り昆布 0.59 さやいんげん 1.95 白ごま 0.13 三温糖 2.34 こいくちしょうゆ 0.01 ベーコン 13.00 料理酒 0.65 にんじん 13.00 たまねぎ 26.00 じゃがいも 26.00 しめじ 7.80 アルファベットマカロニ 4.55 パセリ(乾) 0.37 丸鶏使用がらスープ 0.68 オイスターソース 1.87 塩 0.31 こしょう 0.02 水 150.00	牛乳 206.00 精白米 100.00 学校給食用強化米 0.30 鶏肉 32.50 料理酒 1.30 おろししょうが 7.80 さつま揚げ 13.00 にんじん 26.00 ごぼう 19.50 干し椎茸 19.50 板こんにやく 10.40 じゃがいも 0.65 角切り昆布 0.59 さやいんげん 1.95 白ごま 0.13 三温糖 2.34 こいくちしょうゆ 0.01 ベーコン 13.00 料理酒 0.65 にんじん 13.00 たまねぎ 26.00 じゃがいも 26.00 しめじ 7.80 アルファベットマカロニ 4.55 パセリ(乾) 0.37 丸鶏使用がらスープ 0.68 オイスターソース 1.87 塩 0.31 こしょう 0.02 水 150.00
エネ 塩分	736 kcal 2.4 g	727 kcal 3.3 g	708 kcal 1.9 g	703 kcal 2.1 g	735 kcal 1.9 g	735 kcal 2.5 g	713 kcal 2.9 g	709 kcal 2.0 g	750 kcal 1.7 g	715 kcal 2.3 g	731 kcal 2.6 g
日(曜)	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 リッチパン 鶏肉と野菜のスープ煮 フレンチサラダ	牛乳 ごはん 黒鯛のから揚げ わかめの酢の物 ♡広レモ菜Miso Soup♡	牛乳 ハヤシライス (ごはん) (ハヤシライスのルウ) 野菜ソテー	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 ごはん 肉豆腐 ごぼうのマヨネーズあえ	牛乳 コッペパン カレースパゲッティ カルちゃんサラダ	牛乳 ごはん 新じゃがのそぼろ煮 ごまあえ	牛乳 ごはん チンジャオロースー えびと春雨のスー レモンゼリー	牛乳 ごはん ちくわの磯辺揚げ ひじきの炒り煮 豆乳みそ汁	牛乳 ごはん 筑前煮 おかかあえ	牛乳 セルフドッグ (背割りコッペパン) (ウインナーのケチャップソース) (キャベツ) ミルクスープ
食材名	牛乳 206.00 リッチパン 75.00 鶏肉 32.50 料理酒 1.04 ミニカテルウインナー 19.50 にんじん 19.50 たまねぎ 52.00 じゃがいも 58.50 しめじ 10.40 パセリ(乾) 0.04 丸鶏使用がらスープ 0.68 こしょう 0.33 水 93.75 にんじん 7.80 キャベツ 45.50 きゅうり 19.50 とうもろこし 5.20 なたね油 1.56 三温糖 1.04 酢 3.12 塩 0.33 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 黒鯛でんぶん付き 65.00 揚げ油 6.50 塩 0.13 おろしにんにく 0.26 にんじん 15.60 たまねぎ 71.50 マッシュルーム 10.40 グリーンピース 5.20 ハヤシウ 15.00 トマトケチャップ 2.50 デミグラスソース 7.50 ウスターソース 1.87 こしょう 0.02 水 87.50 木綿豆腐 19.50 にんじん 10.40 たまねぎ 19.50 しいたけ 5.20 レモン 3.90 だし煮干し 2.50 たまねぎ 10.60 中みそ 150.00 水 150.00	牛乳 206.00 精白米 100.00 学校給食用強化米 0.30 牛肉 13.00 さば60g 13.00 おろししょうが 0.24 三温糖 1.20 こいくちしょうゆ 2.40 みりん風調味料 1.80 じゃがいもでん粉 0.36 水 3.60 カツわかめ 0.52 にんじん 5.20 たまねぎ 26.00 みりん風調味料 0.65 酢 2.47 ツナ油漬け 7.80 にんじん 7.80 ごぼう 26.00 キャベツ 15.60 きゅうり 19.50 ノンエッグマヨネーズ 7.15 三温糖 0.39 酢 0.39 うすくちしょうゆ 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 さば60g 13.00 おろししょうが 0.24 三温糖 1.20 こいくちしょうゆ 2.40 みりん風調味料 1.80 じゃがいもでん粉 0.36 水 3.60 カツわかめ 0.52 にんじん 5.20 たまねぎ 26.00 みりん風調味料 0.65 酢 2.47 ツナ油漬け 7.80 にんじん 7.80 ごぼう 26.00 キャベツ 15.60 きゅうり 19.50 ノンエッグマヨネーズ 7.15 三温糖 0.39 酢 0.39 うすくちしょうゆ 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 コッペパン 75.00 学校給食用強化米 0.30 豚肉 32.50 料理酒 1.04 おろししょうが 0.26 カツスパゲッティ 26.00 にんじん 10.40 絹揚げ 45.50 にんじん 23.40 たまねぎ 32.50 細切りこんにやく 23.40 じゃがいも 65.00 グリーンピース 6.50 パイマン 1.69 ごま油 7.15 こいくちしょうゆ 1.95 みりん風調味料 3.12 水 26.00 ちりめん 2.60 干ひじき 1.56 オイスターソース 3.25 白ごま 6.50 白すりごま 41.60 三温糖 16.90 塩 1.04 こいくちしょうゆ 3.64	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 1.30 おろししょうが 0.26 おろしにんにく 0.33 水 9.00 揚げ油 5.00 たまねぎ 32.50 板こんにやく 26.00 干し椎茸 13.00 パイマン 1.95 ごま油 0.65 にんじん 9.10 さやいんげん 9.10 こいくちしょうゆ 1.17 オイスターソース 3.25 みりん風調味料 0.39 水 13.00 鶏肉 32.50 料理酒 1.30 おろししょうが 7.80 さつま揚げ 13.00 にんじん 26.00 ごぼう 19.50 干し椎茸 19.50 板こんにやく 10.40 じゃがいも 0.65 角切り昆布 0.59 さやいんげん 1.95 白ごま 0.13 三温糖 2.34 こいくちしょうゆ 0.01 ベーコン 13.00 料理酒 0.65 にんじん 13.00 たまねぎ 26.00 じゃがいも 26.00 しめじ 7.80 アルファベットマカロニ 4.55 パセリ(乾) 0.37 丸鶏使用がらスープ 0.68 オイスターソース 1.87 塩 0.31 こしょう 0.02 水 150.00	牛乳 206.00 精白米 100.00 学校給食用強化米 0.30 鶏肉 32.50 料理酒 1.30 おろししょうが 7.80 さつま揚げ 13.00 にんじん 26.00 ごぼう 19.50 干し椎茸 19.50 板こんにやく 10.40 じゃがいも 0.65 角切り昆布 0.59 さやいんげん 1.95 白ごま 0.13 三温糖 2.34 こいくちしょうゆ 0.01 ベーコン 13.00 料理酒 0.65 にんじん 13.00 たまねぎ 26.00 じゃがいも 26.00 しめじ 7.80 アルファベットマカロニ 4.55 パセリ(乾) 0.37 丸鶏使用がらスープ 0.68 オイスターソース 1.87 塩 0.31 こしょう 0.02 水 150.00	牛乳 206.00 精白米 100.00 学校給食用強化米 0.30 鶏肉 32.50 料理酒 1.30 おろししょうが 7.80 さつま揚げ 13.00 にんじん 26.00 ごぼう 19.50 干し椎茸 19.50 板こんにやく 10.40 じゃがいも 0.65 角切り昆布 0.59 さやいんげん 1.95 白ごま 0.13 三温糖 2.34 こいくちしょうゆ 0.01 ベーコン 13.00 料理酒 0.65 にんじん 13.00 たまねぎ 26.00 じゃがいも 26.00 しめじ 7.80 アルファベットマカロニ 4.55 パセリ(乾) 0.37 丸鶏使用がらスープ 0.68 オイスターソース 1.87 塩 0.31 こしょう 0.02 水 150.00	牛乳 206.00 精白米 100.00 学校給食用強化米 0.30 鶏肉 32.50 料理酒 1.30 おろししょうが 7.80 さつま揚げ 13.00 にんじん 26.00 ごぼう 19.50 干し椎茸 19.50 板こんにやく 10.40 じゃがいも 0.65 角切り昆布 0.59 さやいんげん 1.95 白ごま 0.13 三温糖 2.34 こいくちしょうゆ 0.01 ベーコン 13.00 料理酒 0.65 にんじん 13.00 たまねぎ 26.00 じゃがいも 26.00 しめじ 7.80 アルファベットマカロニ 4.55 パセリ(乾) 0.37 丸鶏使用がらスープ 0.68 オイスターソース 1.87 塩 0.31 こしょう 0.02 水 150.00	牛乳 206.00 精白米 100.00 学校給食用強化米 0.30 セルフドッグ 75.00 ホットドック用ウインナー50g 1本 トマトケチャップ 6.25 ウスターソース 0.50 三温糖 0.45 水 2.50 鶏肉 32.50 料理酒 1.30 おろししょうが 7.80 さつま揚げ 13.00 にんじん 26.00 ごぼう 19.50 干し椎茸 19.50 板こんにやく 10.40 じゃがいも 0.65 角切り昆布 0.59 さやいんげん 1.95 白ごま 0.13 三温糖 2.34 こいくちしょうゆ 0.01 ベーコン 13.00 料理酒 0.65 にんじん 13.00 たまねぎ 26.00 じゃがいも 26.00 しめじ 7.80 アルファベットマカロニ 4.55 パセリ(乾) 0.37 丸鶏使用がらスープ 0.68 オイスターソース 1.87 塩 0.31 こしょう 0.02 水 150.00	
エネ 塩分	754 kcal 2.8 g	729 kcal 2.1 g	732 kcal 2.7 g	712 kcal 2.0 g	783 kcal 2.0 g	734 kcal 3.6 g	730 kcal 1.9 g	704 kcal 2.2 g	753 kcal 3.2 g	702 kcal 1.7 g	702 kcal 3.3 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）