



実施日	1日(水)	2日(木)	3日(金)	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	13日(月)	14日(火)	15日(水)			
献立名	パン チョコレートソフト ①とりにのレモンあげ ②グリーンポテト ③やさいスープ	パン チョコレートソフト ①とりにのレモンあげ ②グリーンポテト ③やさいスープ	(すあわせごはん) ①ほろろ ②とろふじり ③ひなあられ	むぎごはん のりつくんだに ①レバーのからあげ ②さんしゃくスープ ③はるさまスープ	(ごはん) ①えびまき ②さばのいせ ③みそしる	げんりょうご ①かやくごどん ②さんしゃく ③ヨーグルト	パン いちごジャム ①ピーナンチュー ②ひじきサラダ	むぎごはん ①えびまきのからあげ ②さんしゃく ③はるさまのス	せきはん ①おたのしみフライ ②おんやさい ③かきたまじる ④いちご	こがたパーバン ①クリームスパゲティ ②こまつなサラダ	(むぎごはん) ①ひらひら(竹筒焼き) ②やさいソテー ③きよみオレンジ			
食材料名	▲小麦ごはん ○牛乳 ① ●鶏卵肉 ▲さつまいも ▲食用米油 ▲レモン汁 ▲パセリ ▲オリーブオイル ▲醤油 ▲だし昆布 ▲みりん ▲酒 ▲醤油 ▲だし昆布 ▲みりん ▲酒	▲小麦ごはん ○牛乳 ① ●鶏卵肉 ▲さつまいも ▲食用米油 ▲レモン汁 ▲パセリ ▲オリーブオイル ▲醤油 ▲だし昆布 ▲みりん ▲酒	○牛乳 ① ●小麦粉 ▲卵白 ▲鶏卵 ▲オリーブオイル ▲醤油 ▲だし昆布 ▲みりん ▲酒	▲小麦ごはん ○牛乳 ① ●鶏卵肉 ▲さつまいも ▲食用米油 ▲レモン汁 ▲パセリ ▲オリーブオイル ▲醤油 ▲だし昆布 ▲みりん ▲酒	▲小麦ごはん ○牛乳 ① ●鶏卵肉 ▲さつまいも ▲食用米油 ▲レモン汁 ▲パセリ ▲オリーブオイル ▲醤油 ▲だし昆布 ▲みりん ▲酒	▲小麦ごはん ○牛乳 ① ●鶏卵肉 ▲さつまいも ▲食用米油 ▲レモン汁 ▲パセリ ▲オリーブオイル ▲醤油 ▲だし昆布 ▲みりん ▲酒	▲小麦ごはん ○牛乳 ① ●鶏卵肉 ▲さつまいも ▲食用米油 ▲レモン汁 ▲パセリ ▲オリーブオイル ▲醤油 ▲だし昆布 ▲みりん ▲酒	▲小麦ごはん ○牛乳 ① ●鶏卵肉 ▲さつまいも ▲食用米油 ▲レモン汁 ▲パセリ ▲オリーブオイル ▲醤油 ▲だし昆布 ▲みりん ▲酒	▲小麦ごはん ○牛乳 ① ●鶏卵肉 ▲さつまいも ▲食用米油 ▲レモン汁 ▲パセリ ▲オリーブオイル ▲醤油 ▲だし昆布 ▲みりん ▲酒	▲小麦ごはん ○牛乳 ① ●鶏卵肉 ▲さつまいも ▲食用米油 ▲レモン汁 ▲パセリ ▲オリーブオイル ▲醤油 ▲だし昆布 ▲みりん ▲酒	▲小麦ごはん ○牛乳 ① ●鶏卵肉 ▲さつまいも ▲食用米油 ▲レモン汁 ▲パセリ ▲オリーブオイル ▲醤油 ▲だし昆布 ▲みりん ▲酒	▲小麦ごはん ○牛乳 ① ●鶏卵肉 ▲さつまいも ▲食用米油 ▲レモン汁 ▲パセリ ▲オリーブオイル ▲醤油 ▲だし昆布 ▲みりん ▲酒		
栄養量	583	694	570	579	594	619	663	580	616	592	702			
実施日	16日(木)	17日(金)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	23日(木)	23日(木)	23日(木)	23日(木)	23日(木)	23日(木)			
献立名	むぎごはん ①水キウイのちみつあん ②ひらひら(竹筒焼き) ③ひらひら(竹筒焼き)	むぎごはん ①まぐろのたたき ②さんしゃく ③はるさまのス	(むぎごはん) ①やなぎめふとんぶ ②しらあえ ③しょういこ	むぎごはん ①まぐろのたたき ②さんしゃく ③はるさまのス	(しょうくパン) ①セルリアンサラダサンド ②ミネストローネ	○小麦ごはん ① ●鶏卵肉 ▲さつまいも ▲食用米油 ▲レモン汁 ▲パセリ ▲オリーブオイル ▲醤油 ▲だし昆布 ▲みりん ▲酒	○小麦ごはん ① ●鶏卵肉 ▲さつまいも ▲食用米油 ▲レモン汁 ▲パセリ ▲オリーブオイル ▲醤油 ▲だし昆布 ▲みりん ▲酒	○小麦ごはん ① ●鶏卵肉 ▲さつまいも ▲食用米油 ▲レモン汁 ▲パセリ ▲オリーブオイル ▲醤油 ▲だし昆布 ▲みりん ▲酒	○小麦ごはん ① ●鶏卵肉 ▲さつまいも ▲食用米油 ▲レモン汁 ▲パセリ ▲オリーブオイル ▲醤油 ▲だし昆布 ▲みりん ▲酒	○小麦ごはん ① ●鶏卵肉 ▲さつまいも ▲食用米油 ▲レモン汁 ▲パセリ ▲オリーブオイル ▲醤油 ▲だし昆布 ▲みりん ▲酒	○小麦ごはん ① ●鶏卵肉 ▲さつまいも ▲食用米油 ▲レモン汁 ▲パセリ ▲オリーブオイル ▲醤油 ▲だし昆布 ▲みりん ▲酒	○小麦ごはん ① ●鶏卵肉 ▲さつまいも ▲食用米油 ▲レモン汁 ▲パセリ ▲オリーブオイル ▲醤油 ▲だし昆布 ▲みりん ▲酒		
食材料名	▲小麦ごはん ○牛乳 ① ●鶏卵肉 ▲さつまいも ▲食用米油 ▲レモン汁 ▲パセリ ▲オリーブオイル ▲醤油 ▲だし昆布 ▲みりん ▲酒	▲小麦ごはん ○牛乳 ① ●鶏卵肉 ▲さつまいも ▲食用米油 ▲レモン汁 ▲パセリ ▲オリーブオイル ▲醤油 ▲だし昆布 ▲みりん ▲酒	○小麦ごはん ① ●鶏卵肉 ▲さつまいも ▲食用米油 ▲レモン汁 ▲パセリ ▲オリーブオイル ▲醤油 ▲だし昆布 ▲みりん ▲酒	○小麦ごはん ① ●鶏卵肉 ▲さつまいも ▲食用米油 ▲レモン汁 ▲パセリ ▲オリーブオイル ▲醤油 ▲だし昆布 ▲みりん ▲酒	○小麦ごはん ① ●鶏卵肉 ▲さつまいも ▲食用米油 ▲レモン汁 ▲パセリ ▲オリーブオイル ▲醤油 ▲だし昆布 ▲みりん ▲酒	○小麦ごはん ① ●鶏卵肉 ▲さつまいも ▲食用米油 ▲レモン汁 ▲パセリ ▲オリーブオイル ▲醤油 ▲だし昆布 ▲みりん ▲酒	○小麦ごはん ① ●鶏卵肉 ▲さつまいも ▲食用米油 ▲レモン汁 ▲パセリ ▲オリーブオイル ▲醤油 ▲だし昆布 ▲みりん ▲酒	○小麦ごはん ① ●鶏卵肉 ▲さつまいも ▲食用米油 ▲レモン汁 ▲パセリ ▲オリーブオイル ▲醤油 ▲だし昆布 ▲みりん ▲酒	○小麦ごはん ① ●鶏卵肉 ▲さつまいも ▲食用米油 ▲レモン汁 ▲パセリ ▲オリーブオイル ▲醤油 ▲だし昆布 ▲みりん ▲酒	○小麦ごはん ① ●鶏卵肉 ▲さつまいも ▲食用米油 ▲レモン汁 ▲パセリ ▲オリーブオイル ▲醤油 ▲だし昆布 ▲みりん ▲酒	○小麦ごはん ① ●鶏卵肉 ▲さつまいも ▲食用米油 ▲レモン汁 ▲パセリ ▲オリーブオイル ▲醤油 ▲だし昆布 ▲みりん ▲酒	○小麦ごはん ① ●鶏卵肉 ▲さつまいも ▲食用米油 ▲レモン汁 ▲パセリ ▲オリーブオイル ▲醤油 ▲だし昆布 ▲みりん ▲酒	○小麦ごはん ① ●鶏卵肉 ▲さつまいも ▲食用米油 ▲レモン汁 ▲パセリ ▲オリーブオイル ▲醤油 ▲だし昆布 ▲みりん ▲酒	○小麦ごはん ① ●鶏卵肉 ▲さつまいも ▲食用米油 ▲レモン汁 ▲パセリ ▲オリーブオイル ▲醤油 ▲だし昆布 ▲みりん ▲酒
栄養量	574	579	617	601	713	29.8	29.8	29.8	29.8	29.8	29.8			

※赤(●)：たんぱく質 ○：無糖質 おもに体をつくるものになる 黄(▲)：炭水化物 △：脂質 おもにエネルギーのもとになる 緑(■)：カロテン □：ビタミンC おもに体の調子を整えるものになる  
 ※栄養欄の左はエネルギー (kcal)、右はたんぱく質 (g) ※給食実施日は、各学校で異なりますので、学校からの便り等で確認してください。  
 ※食材料名は、その料理に入っているすべての食材を掲載しています。

**学校給食・食育の取組を  
フェイスブックに掲載しています!**

広島市教育委員会は、学校給食や食育に関する情報をお届けするため、フェイスブックを開設しています。学校給食に関する情報や各学校の食育の取組などについて、随時発信しています。ぜひご覧ください。

携帯電話から学校給食の献立表を確認できるサイトのQRコードです。

**広島市学校給食・食育**  
ページはこちら↓  
<http://fb.com/364882206996015>

学校のユニークな食育の取組  
食育授業の様子  
地産産物の活用推進の取組  
地産産物の紹介  
人気の献立の紹介

また、学校給食の献立表の「携帯版ホームページ」もご利用ください

DOCOMO SOFTBANK AU

今晩の夕食のおかずが  
何と重なるかわらぬように参照してみてください。  
「今日は何を食べて?」  
家族の健康作りには?