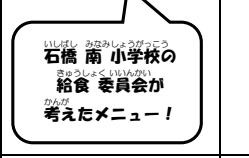
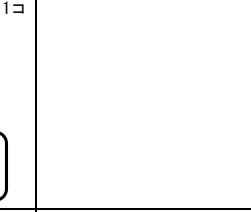
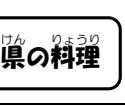


＜お願い＞アレルギーをお持ちの方は、使用している食品を必ずご確認ください。 *印は卵を使用したメニュー、献立です。 ＜直送＞は業者から学校へ直接配送する食品です。

日・曜日	1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)	8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)	16 (火)	
こんだて	ごはん ぎゅうにゅう たことさいものにものかきあげ オクラのドレッシングあえ	ごはん はっこうにゅう(ジョア) スマイルたまねぎのみそしる さばのしおやき とりだいこん	バーカーバン ぎゅうにゅう やさいスープ チリコンカン スライスチーズ	ごはん ぎゅうにゅう スマイルたまねぎのちゅうかスープ にくだんごのあまからにあつくなれるぶたキムチ	ごはん ぎゅうにゅう わかめのみそしる ねぎしおレモンぶたどん おさつスティック	 ごはん ぎゅうにゅう たなばたそうめんふう ほしがたハンバーグ セルフひじきごはん たなばたゼリー	ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) チキンカレー キャベツとコーンのソーセー ティックチーズ	コッペパン ぎゅうにゅう やきそば とりにくのラタトゥイユ ミニゼリー (オレンジ)	ごはん ぎゅうにゅう ほうれんそうのすましじる ひらつくねのてりやき スマイルにくじゃが	ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくとやさいのしょうがに ＊きびなごのカリカリフライ わらびもち ゆかりふりかけ	ひろしまなめし ぎゅうにゅう びしゅなべ がんす ぶたにくのオイスターソースいため	
ざいりょう	精白米 75 普通牛乳 1本 たこ 15 厚揚げ 25 里芋 30 大根 30 れんこん 10 人参 10 こんにゃく 10 さやいんげん 5 冷凍おろししょうが 0.5 濃口しょうゆ 1.5 砂糖 1 みりん 1 削り節 0.5	精白米 75 はっ酵乳(ジョア) 1本 豚肉 15 油揚げ 5 スマイル玉ねぎ 20 白菜 15 えのきたけ 7 青ねぎ 3 赤みそ 6 白みそ 6 削り節 2.5 だし昆布 0.1 さば切身(50g) 1コ 精製塩 0.1	バーカーバン 1コ 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 20 キャベツ 25 玉ねぎ 15 人参 10 エリンギ 7 ポークブイヨン 10 淡口しょうゆ 3 食塩 0.2 こしょう 0.02 豚ひき肉 20 ひきわり大豆 10 玉ねぎ 20 トマトケチャップ 4.5 濃厚ソース 2 食塩 0.15 なたね油 0.5 スライスチーズ(15g) 1コ	精白米 75 普通牛乳 1本 豚肉 25 スマイル玉ねぎ 15 人参 10 たけのこ 8 にら 5 生しいたけ 3 ガラスープ 18 淡口しょうゆ 3.5 食塩 0.2 こしょう 0.02 ミートボール(大)(20g) 2コ 揚げ油 4 冷凍おろししょうが 0.5 濃口しょうゆ 4 砂糖 3 日本酒 1 片栗粉 0.5 豚ひき肉 25 白菜キムチ 10 緑豆もやし 10 日本酒 2 赤みそ 1.5 砂糖 1 ごま油 0.5	精白米 75 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 10 豆腐 10 油揚げ 5 乾燥わかめ 0.3 大根 30 人参 12 しめじ 7 赤みそ 6 白みそ 6 削り節 2.5 だし昆布 0.1 豚肉 30 玉ねぎ 20 白ねぎ 5 人参 3 冷凍おろしにんにく 0.03 レモン(果汁) 1.5 日本酒 1.5 淡口しょうゆ 0.5 食塩 0.2 中華スープの素 0.1 なたね油 0.5 おさつスティック(5g) 1コ	 ごはん ぎゅうにゅう たなばたそうめんふう ほしがたハンバーグ セルフひじきごはん たなばたゼリー	精白米 75 普通牛乳 1本 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 普通牛乳 1本 普通牛乳 1本 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 30 玉ねぎ 35 じゃがいも 15 カットポテト 15 玉ねぎ 10 冷凍おろししょうが 0.15 冷凍おろしにんにく 0.15 カレールーA 10 カレールーB 10 ポークブイヨン 5 濃口しょうゆ 1 なたね油 1 星型ハンバーグ(40g) 1コ トマトケチャップ 5 ウスターソース 2 鶏肉 細切れ 20 干しひじき 1.4 人参 10 濃口しょうゆ 2 砂糖 1.6 みりん 1.2 なたね油 0.5 セタゼリー(40g)<直送> 1コ	コッペパン 1コ 普通牛乳 1本 普通牛乳 1本 普通牛乳 1本 普通牛乳 1本 普通牛乳 1本 中華そば 40 豚肉 25 キャベツ 25 ほうれん草 25 人参 7 玉ねぎ 3 淡口しょうゆ 5 食塩 0.03 削り節 2 だし昆布 0.2 濃口しょうゆ 1 なたね油 1 ベーコン 15 キャベツ 25 ホールコーン 3 淡口しょうゆ 0.03 食塩 0.03 こしょう 0.01 ポークブイヨン 3 トマトケチャップ 3 食塩 0.3 こしょう 0.02 なたね油 0.5 スティックチーズ(10g) 1コ	豆腐 25 油揚げ 5 ほうれん草 20 人参 7 白ねぎ 3 淡口しょうゆ 5 食塩 0.13 削り節 2 だし昆布 0.2 平つくね(50g) 1コ 濃口しょうゆ 2.5 砂糖 1 みりん 0.5 片栗粉 0.3 鶏肉 細切れ 15 玉ねぎ 15 トマト水煮 5 トマトピューレー 5 なす 5 ズッキーニ 5 冷凍おろしにんにく 0.2 ポークブイヨン 3 トマトケチャップ 3 食塩 0.3 こしょう 0.02 なたね油 0.5 ミニゼリー(オレンジ)(16g) 1コ	精白米 75 普通牛乳 1本 普通牛乳 1本 普通牛乳 1本 普通牛乳 1本 普通牛乳 1本 豚肉 35 白菜 35 大根 35 玉ねぎ 10 人参 5 青ねぎ 3 冷凍おろししょうが 1 ガラスープ 10 淡口しょうゆ 6 みりん 1.5 食塩 0.2 ＊きびなごのカリカリフライ(10g) 2コ 揚げ油 4 わらびもち 30 ゆかりふりかけ(0.8g) 1コ がんす(50g) 1コ 揚げ油 4 豚肉 20 玉ねぎ 15 人参 5 濃口しょうゆ 1 オイスターソース 1 砂糖 0.5 日本酒 0.5 なたね油 0.5		
	はんげしょう 半夏生											
	エネルギー	677 kcal	585 kcal	523 kcal	614 kcal	566 kcal	615 kcal	697 kcal	522 kcal	567 kcal	610 kcal	677 kcal
	蛋白質	20 g	30.8 g	26.7 g	28.8 g	25.9 g	23.3 g	22.7 g	24.5 g	23 g	23.2 g	37.6 g
	脂質	24.1 g	17.5 g	24.7 g	22.8 g	17.7 g	18.1 g	23.9 g	17.9 g	18.6 g	17.7 g	23.7 g

＜学校給食用半製品の材料＞

保存料は使用していません

1日(月)	1日(月)	4日(木)	8日(月)	8日(月)	8日(月)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	12日(金)	16日(火)	17日(水)	18日(木)		
たこ	厚揚げ	ミートボール (大)X20g	ビーフン	星型ハンバーグ(40g)	セタゼリー (40g)<直送>	ミニゼリー (オレンジ)X16g	平つくね(50g)	*きびごのかりかり リフライ(10g)	わらびもち	がんす(50g)	ミンチカツ (50g)	チキンナゲット(18g)		
真だこ	大豆	豚肉	米	鶏肉	植物油	果糖	異性化液糖	キャベツ	きびご	砂糖	助宗饅すり身	豚肉	鶏肉	〔衣〕
食塩	食塩	鶏肉		豚肉	乾燥マッシュポテト	グラニュー糖	オレンジ濃縮果汁	鶏肉	還元水飴	水あめ	馬鈴薯澱粉	鶏肉	粉末状大豆	天ぷら粉
	揚げ油	たまねぎ		たまねぎ	にんにくペースト	ポリデキストロース	砂糖	豚脂	たまご(大豆)	きなこと(大豆)	たまねぎ	たまねぎ	たん白(大豆)	小麦粉
	植物油	パン粉(小麦)	8日(月)	粒状植物性	しょうがペースト	ぶどう糖果糖液糖	ゲル化剤	〔つなぎ〕	砂糖	加工デンプン	砂糖	パン粉(小麦)	植物油	でん粉
かき揚げ(50g)	加工デンプン	でん粉(馬鈴薯)	星型かまぼこ	たん白(大豆)	香辛料	ぶどう果汁	(増粘多糖類)	でん粉	しょうが	ソルビトール	にんじん	でん粉	(大豆)	食塩
	凝固剤	砂糖		豚脂	酵母エキス	ゲル化剤	酸味料	えんどう豆たん白	食塩	添加物製剤	醸造調味料	砂糖	でん粉	膨張剤
野菜	塩化Mg	食塩	魚肉	ソテーオニオン	食塩	(増粘多糖類)	香料	砂糖	発酵調味料	増粘多糖類	食塩	食塩	砂糖	コーンフラワー
たまねぎ	(一部に	酵母エキス	スケソウタラ	トマトケチャップ	加工デンプン	酸味料	(オレンジフレーバー)	食塩	発酵調味料	酸味料	食塩	酵母エキス	しょうゆ	でん粉
にんじん	大豆を含む)	香辛料	うらごし南瓜	炭酸Ca	炭酸Ca	ビタミンC	酸化防止剤	食塩	じゃがいも	一味唐辛子	発酵調味料	酵母エキス	食塩	ぶどう糖
ごぼう			加工澱粉	糖類	調味料(無機塩)	香料	(ビタミンC)	鯉節	でん粉	16日(火)	食塩	〔衣〕	清酒	粉末しょうゆ
しゅんぎく			馬鈴薯澱粉	砂糖	調剤Ca	着色料		鯉節	米粉パン粉	豆乳(大豆)	(小麦)	パン粉	チキンエキス調味料	着色料製剤
小麦粉			砂糖	ビロリン酸鉄	焼成Ca	紅花黄		鯉節	玄米粉	第二鉄(大豆)	〔衣〕	(小麦 大豆)	かつおエキス調味料	着色料製剤
食塩			発酵調味料	着色料(ココア)	焼成Ca	クチナシ		香辛料	植物油脂(菜種)	加工でん粉	パン粉(小麦)	増粘多糖類	魚醤	着色料製剤
粉末状植物性たん白			食塩	着色料(ココア)	焼成Ca	クチナシ		香辛料	食塩	凝固剤製剤	小麥粉	増粘多糖類	香辛料	着色料製剤
揚げ油(バーム油)			加工油脂	着色料(ココア)	焼成Ca	クチナシ		香辛料	酵母エキス	小麥粉	粉末状大豆	増粘多糖類	加工デンプン	着色料製剤
調味料(アミノ酸等)				着色料(ココア)	焼成Ca	クチナシ		香辛料	香辛料	揚げ油	蛋白(大豆)	増粘多糖類	添加物製剤	着色料製剤
ベーキングパウダー				着色料(ココア)	焼成Ca	クチナシ		香辛料	揚げ油	バーム油)	とうもろこし澱粉	増粘多糖類	・pH調整剤	着色料製剤
カロチノイド色素				着色料(ココア)	焼成Ca	クチナシ		香辛料	揚げ油	バーム油)	菜種油脂	増粘多糖類	・V.C	着色料製剤
(一部に小麦・大豆を含む)				着色料(ココア)	焼成Ca	クチナシ		香辛料	揚げ油	バーム油)	食塩	増粘多糖類	クエン酸鉄	着色料製剤

くお知らせ）
 ○加工食品等は、「学校給食用半製品の材料」に原材料を記載しています。アレルギーをお持ちの方は、必ずご確認ください。
 ○年間を通じて使用する調味料や加工食品等については、配合内容を一覧にして、各学校園に配布しています。必要とされる方は、学校園、もしくは、学校給食センターまでお申し出ください。
 ○えび・かに・そば・落花生は使用していません。
 ○7月に使用するお米は、豊能町でとれた「キヌヒカリ」を使用しています。

ひろしまけん
広島県

に ち ひろしまけん りょうり
16日 広島県の料理

A green map of Hiroshima Prefecture is located in the top right corner of the page. It shows the outline of the prefecture with some internal details like rivers and smaller islands.

しょうがく ねんせい しゅうがくりょこう あ
小学6年生のみなさんの修学旅行に合わせ
ひろしまりょうり どうじょう
て、広島料理が登場します！ 

ひろしまな
【広島菜】

ひろしまな　　ひろしまけいめいさん　　でんとうき　　やさい
広島菜は、**広島県名産の伝統的な野菜**で
 つけもの　　ゆであい　　ひろしまな　　つけ
 漬物としても有名で、「**広島菜漬**」は
 たかな　　の　　ござな　　に　　ほんだんだい　　つ　　漬
高菜・野沢菜とともに「**日本三大漬菜**」の
 1つです。

【美酒鍋】

東広島市の郷土料理で、肉や野菜を、塩、
こしょう、日本酒のシンプルな味付けで食
べる鍋料理です。加熱することでアルコー
ル分が抜けるので、幅広い年代の人が食べ
ることができます。



出典：農林水産省「うちの郷土料理」

【がんす】

呉市のかまぼこ屋で生まれた「揚げかまぼこ」です。「がんす」という名前の由来は昔の「～でございます。」という方言からきています。

【オイスターソース】

広島県の「牡蠣」の生産量は全国1位です。牡蠣を原料にした調味料が「オイスターソース」です。

こんげつ きゅうしよく しやう しん しゃくさい
今月の給食で使っている旬の食材

オクラ さやいんげん スッキーニ とうもろこし
トマト なす にら きびなご たこ

令和5年度 ふくまるアイデアメニューコンテスト

いけだしな い ちゅうがくせい かんが さゆうしやく
(池田市内の中学生が考えた給食メニュー)

じゅうしり 実施日	こはたけめい 献立名	かんが ひと がっくすめい 考えた人の学校名	ナイスアイデアポイント！
け さみ 5日(金)	わかめのみそ汁 ねぎ塩しモン豚丼	きまて しきやうがくこう 北豊島中学校	たいりやう づつ 大量に作りやすく、ごはんの上に のせて食べられるメニューです。



ホームページ



Instagram

毎日の献立を
ホームページやInstagramで
見ることができます。