

食育だより

令和3年度
4月
広島市立二葉中学校

ご入学・ご進級おめでとうございます

暖かい春の光とともに新学年が始まりました。子どもたちは新しい出会いに期待と不安を抱いていることでしょう。子どもたちの心と体の健やかな成長のために、今年度も安全でおいしい給食を届けていきたいと思ひます。よろしくお祈ひします。

安全でおいしい学校給食ができるまで

安全でおいしいデリバリー給食を作るために、毎日の衛生管理においてさまざまなことに気をつけています。

①手洗い



作業前や作業が変わるごとに手洗いとアルコール消毒をします。爪の中やひじまで洗います。

④調理



おかずは全て加熱調理します。加熱時・冷却時・配食時など、その都度温度を測ります。

②野菜の洗浄



野菜や果物は流水で3回洗います。異物や腐敗がないか複数の目でチェックします。

⑤配食



配食用エプロンや使い捨て手袋を着用します。

③器具の使い分け



まな板やざるなどの器具は、野菜用・果物用など、食材によって使い分けます。

給食調理員は毎日の健康観察や月に2回の検便を実施し、常に体調管理に気を配っています。



<献立表の見方を紹介します！>

献立表は、献立名と使用食材だけでなく、エネルギー量や食塩相当量、特色ある献立についても紹介しています。

食材料名のマークは、3つの食品群を表しています。

●○→赤の食品グループ



●…たんぱく質 ○…無機質

おもに体をつくるものになるもの

▲△→黄の食品グループ



▲…炭水化物 △…脂質

おもにエネルギーのもとになるもの

■□→緑の食品グループ



■…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もの

- ① 赤しそごはん
- ② 奥の肉じゃが
- ③ ツナサラダ
- ④ 小豆のつぶあん
- ⑤ あまなつかん
- ⑥ 牛乳

- ⑦ ▲ ごはん
- ⑧ ■ (鶏)赤しそ粉
- ⑨ ● 牛もも肉
- ⑩ ▲ じゃがいも
- ⑪ □ たまねぎ
- ⑫ ▲ 小豆
- ⑬ ▲ ササネ油
- ⑭ ▲ さとう
- ⑮ ▲ しじみ
- ⑯ ▲ みりん
- ⑰ ▲ 水
- ⑱ ● まぐろスープ煮
- ⑲ □ だしこん
- ⑳ □ こまつな
- ㉑ ○ ごま油
- ㉒ ○ (卵)小豆
- ㉓ ▲ 小豆
- ㉔ ● 鶏卵(軟卵)
- ㉕ ▲ 食用米油
- ㉖ □ あまなつかん
- ㉗ ○ 牛乳

郷土食 「広島県」

813

2.4

左：エネルギー (kcal) …1か月平均830kcal を目指しています。
右：食塩相当量 (g) …1か月平均2.5g 未満を目指しています。

特色ある献立

行事食

日本に伝わる季節の行事食を取り入れています。

地場産物の日

広島県内産の食材を2品目以上使用しています。

教科関連献立

教科学習と関連した献立を取り入れています。

食育の日(わ食の日)

毎月19日を「わ食の日」とし、だしを使用した料理を取り入れています。

郷土に伝わる料理

広島県に伝わる料理を取り入れています。



作ってみよう！★わくわく給食★



二色サラダ

<材料 4人分>

- かに風味かまぼこ 15g
- きゅうり 小1本
- 塩 少々
- にんじん 1/5本
- みずな 1/5袋
- 酢 小さじ2
- サラダ油 小さじ2
- さとう 小さじ1
- 塩 小さじ1/6
- こしょう 少々
- 粉洋がらし 少々

<作り方>

①下ごしらえ

かに風味かまぼこ…ほぐす
きゅうり…輪切りにして塩をし、しぼる
にんじん…せん切りにしてゆで、しぼる
みずな…3cm幅に切ってゆで、しぼる

②〔内の調味料でドレッシングを作り、よく冷ました材料とあえる。〕

給食では、かに風味かまぼこきゅうりも、加熱し冷却しています。



実施日	9日(金)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)							
献立名	①ごはん ②タンポポチキン ③フライドポテト ④秋ちゃんサラダ ⑤卵とにんじんのソテー ⑥パン(缶) ⑦牛乳	①ごはん ②白身魚のピリ辛ソース ③もやしとソー ④かぼちゃサラダ ⑤かわらんぼ ⑥みかん(缶) ⑦牛乳	①ハンバーグカレー (玄米ごはん) ②ハンバーグ ③カラフルサラダ ④フルーツミックス ⑤きんこフライドチキン ⑥牛乳	①ごはん ②鶏肉と高野豆腐のから揚げ ③カレー煮 ④卵とウィンナーのソテー ⑤シーザーサラダ ⑥パン(缶) ⑦牛乳	①リッチパン ②オムレツハヤシソースかけ ③マカロニサラダ ④ほうろく草のソテー ⑤レバーのから揚げ ⑥牛乳	①たけのこごはん ②えびの天ぷら ③かぼちゃの煮物 ④ごまあえ ⑤あまなつかん ⑥牛乳	①ごはん ②さばの塩焼き ③鶏ポテト ④鶏ささみと水菜のごま和え ⑤たけのこのおから煮 ⑥パン(缶) ⑦牛乳	①ごはん ②赤じそごはん(ごはん) ③豚肉のソース炒め ④大根サラダ ⑤小いわしの天ぷら ⑥みかん(缶) ⑦牛乳	①ごはん ②チキン南蛮 ③アロコリーのサラダ ④ウィンナーと野菜のスープ煮 ⑤えびサラダ ⑥あまなつかん ⑦牛乳	①バターパン ②ビーフコロッケ ③温野菜 ④卵と小松菜のソテー ⑤えびサラダ ⑥パン(缶) ⑦牛乳	①麦ごはん ②いわしの近鉄揚げ ③豚肉の炒め煮 ④ごまあえ ⑤ひき肉煮 ⑥牛乳							
食材料名	①▲ごはん ②●(乾)鶏肉(角切) 食塩 こしょう ○ヨーグルト カレー粉 しょうゆ トマトケチャップ ウスターソース ③▲ナタネサラダ油 ④(冷)フライドポテト 食塩 ⑤▲まぐろ(スーパージョ) ⑥(乾)卵(液卵) ⑦(乾)卵(液卵) ⑧(乾)卵(液卵) ⑨(乾)卵(液卵) ⑩(乾)卵(液卵) ⑪(乾)卵(液卵) ⑫(乾)卵(液卵) ⑬(乾)卵(液卵) ⑭(乾)卵(液卵) ⑮(乾)卵(液卵) ⑯(乾)卵(液卵) ⑰(乾)卵(液卵) ⑱(乾)卵(液卵) ⑲(乾)卵(液卵) ⑳(乾)卵(液卵) ㉑(乾)卵(液卵) ㉒(乾)卵(液卵) ㉓(乾)卵(液卵) ㉔(乾)卵(液卵) ㉕(乾)卵(液卵) ㉖(乾)卵(液卵) ㉗(乾)卵(液卵) ㉘(乾)卵(液卵) ㉙(乾)卵(液卵) ㉚(乾)卵(液卵) ㉛(乾)卵(液卵) ㉜(乾)卵(液卵) ㉝(乾)卵(液卵) ㉞(乾)卵(液卵) ㉟(乾)卵(液卵) ㊱(乾)卵(液卵) ㊲(乾)卵(液卵) ㊳(乾)卵(液卵) ㊴(乾)卵(液卵) ㊵(乾)卵(液卵) ㊶(乾)卵(液卵) ㊷(乾)卵(液卵) ㊸(乾)卵(液卵) ㊹(乾)卵(液卵) ㊺(乾)卵(液卵) ㊻(乾)卵(液卵) ㊼(乾)卵(液卵) ㊽(乾)卵(液卵) ㊾(乾)卵(液卵) ㊿(乾)卵(液卵)	①▲ごはん ②●(冷)ホキ(切身) 食塩 ③(乾)ホキ(切身) 食塩 ④(乾)ホキ(切身) 食塩 ⑤(乾)ホキ(切身) 食塩 ⑥(乾)ホキ(切身) 食塩 ⑦(乾)ホキ(切身) 食塩 ⑧(乾)ホキ(切身) 食塩 ⑨(乾)ホキ(切身) 食塩 ⑩(乾)ホキ(切身) 食塩 ⑪(乾)ホキ(切身) 食塩 ⑫(乾)ホキ(切身) 食塩 ⑬(乾)ホキ(切身) 食塩 ⑭(乾)ホキ(切身) 食塩 ⑮(乾)ホキ(切身) 食塩 ⑯(乾)ホキ(切身) 食塩 ⑰(乾)ホキ(切身) 食塩 ⑱(乾)ホキ(切身) 食塩 ⑲(乾)ホキ(切身) 食塩 ⑳(乾)ホキ(切身) 食塩 ㉑(乾)ホキ(切身) 食塩 ㉒(乾)ホキ(切身) 食塩 ㉓(乾)ホキ(切身) 食塩 ㉔(乾)ホキ(切身) 食塩 ㉕(乾)ホキ(切身) 食塩 ㉖(乾)ホキ(切身) 食塩 ㉗(乾)ホキ(切身) 食塩 ㉘(乾)ホキ(切身) 食塩 ㉙(乾)ホキ(切身) 食塩 ㉚(乾)ホキ(切身) 食塩 ㉛(乾)ホキ(切身) 食塩 ㉜(乾)ホキ(切身) 食塩 ㉝(乾)ホキ(切身) 食塩 ㉞(乾)ホキ(切身) 食塩 ㉟(乾)ホキ(切身) 食塩 ㊱(乾)ホキ(切身) 食塩 ㊲(乾)ホキ(切身) 食塩 ㊳(乾)ホキ(切身) 食塩 ㊴(乾)ホキ(切身) 食塩 ㊵(乾)ホキ(切身) 食塩 ㊶(乾)ホキ(切身) 食塩 ㊷(乾)ホキ(切身) 食塩 ㊸(乾)ホキ(切身) 食塩 ㊹(乾)ホキ(切身) 食塩 ㊺(乾)ホキ(切身) 食塩 ㊻(乾)ホキ(切身) 食塩 ㊼(乾)ホキ(切身) 食塩 ㊽(乾)ホキ(切身) 食塩 ㊾(乾)ホキ(切身) 食塩 ㊿(乾)ホキ(切身) 食塩	①▲玄米ごはん ②(冷)ハンバーグ(焼塩) ③▲まぐろ(スーパージョ) ④(乾)卵(液卵) ⑤(乾)卵(液卵) ⑥(乾)卵(液卵) ⑦(乾)卵(液卵) ⑧(乾)卵(液卵) ⑨(乾)卵(液卵) ⑩(乾)卵(液卵) ⑪(乾)卵(液卵) ⑫(乾)卵(液卵) ⑬(乾)卵(液卵) ⑭(乾)卵(液卵) ⑮(乾)卵(液卵) ⑯(乾)卵(液卵) ⑰(乾)卵(液卵) ⑱(乾)卵(液卵) ⑲(乾)卵(液卵) ⑳(乾)卵(液卵) ㉑(乾)卵(液卵) ㉒(乾)卵(液卵) ㉓(乾)卵(液卵) ㉔(乾)卵(液卵) ㉕(乾)卵(液卵) ㉖(乾)卵(液卵) ㉗(乾)卵(液卵) ㉘(乾)卵(液卵) ㉙(乾)卵(液卵) ㉚(乾)卵(液卵) ㉛(乾)卵(液卵) ㉜(乾)卵(液卵) ㉝(乾)卵(液卵) ㉞(乾)卵(液卵) ㉟(乾)卵(液卵) ㊱(乾)卵(液卵) ㊲(乾)卵(液卵) ㊳(乾)卵(液卵) ㊴(乾)卵(液卵) ㊵(乾)卵(液卵) ㊶(乾)卵(液卵) ㊷(乾)卵(液卵) ㊸(乾)卵(液卵) ㊹(乾)卵(液卵) ㊺(乾)卵(液卵) ㊻(乾)卵(液卵) ㊼(乾)卵(液卵) ㊽(乾)卵(液卵) ㊾(乾)卵(液卵) ㊿(乾)卵(液卵)	①▲ごはん ②●(冷)鶏肉(角切) 食塩 こしょう ○ヨーグルト カレー粉 しょうゆ トマトケチャップ ウスターソース ③▲ナタネサラダ油 ④(冷)フライドポテト 食塩 ⑤▲まぐろ(スーパージョ) ⑥(乾)卵(液卵) ⑦(乾)卵(液卵) ⑧(乾)卵(液卵) ⑨(乾)卵(液卵) ⑩(乾)卵(液卵) ⑪(乾)卵(液卵) ⑫(乾)卵(液卵) ⑬(乾)卵(液卵) ⑭(乾)卵(液卵) ⑮(乾)卵(液卵) ⑯(乾)卵(液卵) ⑰(乾)卵(液卵) ⑱(乾)卵(液卵) ⑲(乾)卵(液卵) ⑳(乾)卵(液卵) ㉑(乾)卵(液卵) ㉒(乾)卵(液卵) ㉓(乾)卵(液卵) ㉔(乾)卵(液卵) ㉕(乾)卵(液卵) ㉖(乾)卵(液卵) ㉗(乾)卵(液卵) ㉘(乾)卵(液卵) ㉙(乾)卵(液卵) ㉚(乾)卵(液卵) ㉛(乾)卵(液卵) ㉜(乾)卵(液卵) ㉝(乾)卵(液卵) ㉞(乾)卵(液卵) ㉟(乾)卵(液卵) ㊱(乾)卵(液卵) ㊲(乾)卵(液卵) ㊳(乾)卵(液卵) ㊴(乾)卵(液卵) ㊵(乾)卵(液卵) ㊶(乾)卵(液卵) ㊷(乾)卵(液卵) ㊸(乾)卵(液卵) ㊹(乾)卵(液卵) ㊺(乾)卵(液卵) ㊻(乾)卵(液卵) ㊼(乾)卵(液卵) ㊽(乾)卵(液卵) ㊾(乾)卵(液卵) ㊿(乾)卵(液卵)	①▲リッチパン ②●(冷)ブレンオムレツ ③(乾)卵(液卵) ④(乾)卵(液卵) ⑤(乾)卵(液卵) ⑥(乾)卵(液卵) ⑦(乾)卵(液卵) ⑧(乾)卵(液卵) ⑨(乾)卵(液卵) ⑩(乾)卵(液卵) ⑪(乾)卵(液卵) ⑫(乾)卵(液卵) ⑬(乾)卵(液卵) ⑭(乾)卵(液卵) ⑮(乾)卵(液卵) ⑯(乾)卵(液卵) ⑰(乾)卵(液卵) ⑱(乾)卵(液卵) ⑲(乾)卵(液卵) ⑳(乾)卵(液卵) ㉑(乾)卵(液卵) ㉒(乾)卵(液卵) ㉓(乾)卵(液卵) ㉔(乾)卵(液卵) ㉕(乾)卵(液卵) ㉖(乾)卵(液卵) ㉗(乾)卵(液卵) ㉘(乾)卵(液卵) ㉙(乾)卵(液卵) ㉚(乾)卵(液卵) ㉛(乾)卵(液卵) ㉜(乾)卵(液卵) ㉝(乾)卵(液卵) ㉞(乾)卵(液卵) ㉟(乾)卵(液卵) ㊱(乾)卵(液卵) ㊲(乾)卵(液卵) ㊳(乾)卵(液卵) ㊴(乾)卵(液卵) ㊵(乾)卵(液卵) ㊶(乾)卵(液卵) ㊷(乾)卵(液卵) ㊸(乾)卵(液卵) ㊹(乾)卵(液卵) ㊺(乾)卵(液卵) ㊻(乾)卵(液卵) ㊼(乾)卵(液卵) ㊽(乾)卵(液卵) ㊾(乾)卵(液卵) ㊿(乾)卵(液卵)	①▲たけのこごはん ②●(冷)足付ききび ③(乾)卵(液卵) ④(乾)卵(液卵) ⑤(乾)卵(液卵) ⑥(乾)卵(液卵) ⑦(乾)卵(液卵) ⑧(乾)卵(液卵) ⑨(乾)卵(液卵) ⑩(乾)卵(液卵) ⑪(乾)卵(液卵) ⑫(乾)卵(液卵) ⑬(乾)卵(液卵) ⑭(乾)卵(液卵) ⑮(乾)卵(液卵) ⑯(乾)卵(液卵) ⑰(乾)卵(液卵) ⑱(乾)卵(液卵) ⑲(乾)卵(液卵) ⑳(乾)卵(液卵) ㉑(乾)卵(液卵) ㉒(乾)卵(液卵) ㉓(乾)卵(液卵) ㉔(乾)卵(液卵) ㉕(乾)卵(液卵) ㉖(乾)卵(液卵) ㉗(乾)卵(液卵) ㉘(乾)卵(液卵) ㉙(乾)卵(液卵) ㉚(乾)卵(液卵) ㉛(乾)卵(液卵) ㉜(乾)卵(液卵) ㉝(乾)卵(液卵) ㉞(乾)卵(液卵) ㉟(乾)卵(液卵) ㊱(乾)卵(液卵) ㊲(乾)卵(液卵) ㊳(乾)卵(液卵) ㊴(乾)卵(液卵) ㊵(乾)卵(液卵) ㊶(乾)卵(液卵) ㊷(乾)卵(液卵) ㊸(乾)卵(液卵) ㊹(乾)卵(液卵) ㊺(乾)卵(液卵) ㊻(乾)卵(液卵) ㊼(乾)卵(液卵) ㊽(乾)卵(液卵) ㊾(乾)卵(液卵) ㊿(乾)卵(液卵)	①▲ごはん ②●(乾)赤じそ粉 ③(乾)卵(液卵) ④(乾)卵(液卵) ⑤(乾)卵(液卵) ⑥(乾)卵(液卵) ⑦(乾)卵(液卵) ⑧(乾)卵(液卵) ⑨(乾)卵(液卵) ⑩(乾)卵(液卵) ⑪(乾)卵(液卵) ⑫(乾)卵(液卵) ⑬(乾)卵(液卵) ⑭(乾)卵(液卵) ⑮(乾)卵(液卵) ⑯(乾)卵(液卵) ⑰(乾)卵(液卵) ⑱(乾)卵(液卵) ⑲(乾)卵(液卵) ⑳(乾)卵(液卵) ㉑(乾)卵(液卵) ㉒(乾)卵(液卵) ㉓(乾)卵(液卵) ㉔(乾)卵(液卵) ㉕(乾)卵(液卵) ㉖(乾)卵(液卵) ㉗(乾)卵(液卵) ㉘(乾)卵(液卵) ㉙(乾)卵(液卵) ㉚(乾)卵(液卵) ㉛(乾)卵(液卵) ㉜(乾)卵(液卵) ㉝(乾)卵(液卵) ㉞(乾)卵(液卵) ㉟(乾)卵(液卵) ㊱(乾)卵(液卵) ㊲(乾)卵(液卵) ㊳(乾)卵(液卵) ㊴(乾)卵(液卵) ㊵(乾)卵(液卵) ㊶(乾)卵(液卵) ㊷(乾)卵(液卵) ㊸(乾)卵(液卵) ㊹(乾)卵(液卵) ㊺(乾)卵(液卵) ㊻(乾)卵(液卵) ㊼(乾)卵(液卵) ㊽(乾)卵(液卵) ㊾(乾)卵(液卵) ㊿(乾)卵(液卵)	①▲ごはん ②●(乾)赤じそ粉 ③(乾)卵(液卵) ④(乾)卵(液卵) ⑤(乾)卵(液卵) ⑥(乾)卵(液卵) ⑦(乾)卵(液卵) ⑧(乾)卵(液卵) ⑨(乾)卵(液卵) ⑩(乾)卵(液卵) ⑪(乾)卵(液卵) ⑫(乾)卵(液卵) ⑬(乾)卵(液卵) ⑭(乾)卵(液卵) ⑮(乾)卵(液卵) ⑯(乾)卵(液卵) ⑰(乾)卵(液卵) ⑱(乾)卵(液卵) ⑲(乾)卵(液卵) ⑳(乾)卵(液卵) ㉑(乾)卵(液卵) ㉒(乾)卵(液卵) ㉓(乾)卵(液卵) ㉔(乾)卵(液卵) ㉕(乾)卵(液卵) ㉖(乾)卵(液卵) ㉗(乾)卵(液卵) ㉘(乾)卵(液卵) ㉙(乾)卵(液卵) ㉚(乾)卵(液卵) ㉛(乾)卵(液卵) ㉜(乾)卵(液卵) ㉝(乾)卵(液卵) ㉞(乾)卵(液卵) ㉟(乾)卵(液卵) ㊱(乾)卵(液卵) ㊲(乾)卵(液卵) ㊳(乾)卵(液卵) ㊴(乾)卵(液卵) ㊵(乾)卵(液卵) ㊶(乾)卵(液卵) ㊷(乾)卵(液卵) ㊸(乾)卵(液卵) ㊹(乾)卵(液卵) ㊺(乾)卵(液卵) ㊻(乾)卵(液卵) ㊼(乾)卵(液卵) ㊽(乾)卵(液卵) ㊾(乾)卵(液卵) ㊿(乾)卵(液卵)	①▲麦ごはん ②●(乾)切いか(正方形) ③(乾)卵(液卵) ④(乾)卵(液卵) ⑤(乾)卵(液卵) ⑥(乾)卵(液卵) ⑦(乾)卵(液卵) ⑧(乾)卵(液卵) ⑨(乾)卵(液卵) ⑩(乾)卵(液卵) ⑪(乾)卵(液卵) ⑫(乾)卵(液卵) ⑬(乾)卵(液卵) ⑭(乾)卵(液卵) ⑮(乾)卵(液卵) ⑯(乾)卵(液卵) ⑰(乾)卵(液卵) ⑱(乾)卵(液卵) ⑲(乾)卵(液卵) ⑳(乾)卵(液卵) ㉑(乾)卵(液卵) ㉒(乾)卵(液卵) ㉓(乾)卵(液卵) ㉔(乾)卵(液卵) ㉕(乾)卵(液卵) ㉖(乾)卵(液卵) ㉗(乾)卵(液卵) ㉘(乾)卵(液卵) ㉙(乾)卵(液卵) ㉚(乾)卵(液卵) ㉛(乾)卵(液卵) ㉜(乾)卵(液卵) ㉝(乾)卵(液卵) ㉞(乾)卵(液卵) ㉟(乾)卵(液卵) ㊱(乾)卵(液卵) ㊲(乾)卵(液卵) ㊳(乾)卵(液卵) ㊴(乾)卵(液卵) ㊵(乾)卵(液卵) ㊶(乾)卵(液卵) ㊷(乾)卵(液卵) ㊸(乾)卵(液卵) ㊹(乾)卵(液卵) ㊺(乾)卵(液卵) ㊻(乾)卵(液卵) ㊼(乾)卵(液卵) ㊽(乾)卵(液卵) ㊾(乾)卵(液卵) ㊿(乾)卵(液卵)									
栄養量	836 2.2	759 2.1	895 2.3	840 2.1	842 3.7	699 3.0	729 2.4	792 2.3	815 2.0	822 3.2	716 2.0							
実施日	26日(月)	27日(火)	28日(水)	30日(金)														
献立名	①ごはん ②白身魚のおぎだれかけ ③菜の花のかき揚げ ④二色サラダ ⑤パン(缶) ⑥牛乳	①麦ごはん ②鶏肉の甘辛揚げ ③キャベツの塩もみ ④五目煮 ⑤おひたし ⑥みかん(缶) ⑦牛乳	①ごはん ②さばのかば焼き ③さつまいもの甘煮 ④ゆずサラダ ⑤キャベツのソテー ⑥みかん(缶) ⑦牛乳	①ごはん ②ヒレカツ ③ポテトサラダ ④ごまあえ ⑤かしわもち ⑥牛乳														
食材料名	①▲ごはん ②●(冷)ホキ(切身) 食塩 ③▲ナタネサラダ油 ④(乾)卵(液卵) ⑤(乾)卵(液卵) ⑥(乾)卵(液卵) ⑦(乾)卵(液卵) ⑧(乾)卵(液卵) ⑨(乾)卵(液卵) ⑩(乾)卵(液卵) ⑪(乾)卵(液卵) ⑫(乾)卵(液卵) ⑬(乾)卵(液卵) ⑭(乾)卵(液卵) ⑮(乾)卵(液卵) ⑯(乾)卵(液卵) ⑰(乾)卵(液卵) ⑱(乾)卵(液卵) ⑲(乾)卵(液卵) ⑳(乾)卵(液卵) ㉑(乾)卵(液卵) ㉒(乾)卵(液卵) ㉓(乾)卵(液卵) ㉔(乾)卵(液卵) ㉕(乾)卵(液卵) ㉖(乾)卵(液卵) ㉗(乾)卵(液卵) ㉘(乾)卵(液卵) ㉙(乾)卵(液卵) ㉚(乾)卵(液卵) ㉛(乾)卵(液卵) ㉜(乾)卵(液卵) ㉝(乾)卵(液卵) ㉞(乾)卵(液卵) ㉟(乾)卵(液卵) ㊱(乾)卵(液卵) ㊲(乾)卵(液卵) ㊳(乾)卵(液卵) ㊴(乾)卵(液卵) ㊵(乾)卵(液卵) ㊶(乾)卵(液卵) ㊷(乾)卵(液卵) ㊸(乾)卵(液卵) ㊹(乾)卵(液卵) ㊺(乾)卵(液卵) ㊻(乾)卵(液卵) ㊼(乾)卵(液卵) ㊽(乾)卵(液卵) ㊾(乾)卵(液卵) ㊿(乾)卵(液卵)	①▲麦ごはん ②●(冷)ホキ(切身) 食塩 ③▲ナタネサラダ油 ④(乾)卵(液卵) ⑤(乾)卵(液卵) ⑥(乾)卵(液卵) ⑦(乾)卵(液卵) ⑧(乾)卵(液卵) ⑨(乾)卵(液卵) ⑩(乾)卵(液卵) ⑪(乾)卵(液卵) ⑫(乾)卵(液卵) ⑬(乾)卵(液卵) ⑭(乾)卵(液卵) ⑮(乾)卵(液卵) ⑯(乾)卵(液卵) ⑰(乾)卵(液卵) ⑱(乾)卵(液卵) ⑲(乾)卵(液卵) ⑳(乾)卵(液卵) ㉑(乾)卵(液卵) ㉒(乾)卵(液卵) ㉓(乾)卵(液卵) ㉔(乾)卵(液卵) ㉕(乾)卵(液卵) ㉖(乾)卵(液卵) ㉗(乾)卵(液卵) ㉘(乾)卵(液卵) ㉙(乾)卵(液卵) ㉚(乾)卵(液卵) ㉛(乾)卵(液卵) ㉜(乾)卵(液卵) ㉝(乾)卵(液卵) ㉞(乾)卵(液卵) ㉟(乾)卵(液卵) ㊱(乾)卵(液卵) ㊲(乾)卵(液卵) ㊳(乾)卵(液卵) ㊴(乾)卵(液卵) ㊵(乾)卵(液卵) ㊶(乾)卵(液卵) ㊷(乾)卵(液卵) ㊸(乾)卵(液卵) ㊹(乾)卵(液卵) ㊺(乾)卵(液卵) ㊻(乾)卵(液卵) ㊼(乾)卵(液卵) ㊽(乾)卵(液卵) ㊾(乾)卵(液卵) ㊿(乾)卵(液卵)	①▲ごはん ②●(冷)さば(切身) 食塩 ③▲ナタネサラダ油 ④(乾)卵(液卵) ⑤(乾)卵(液卵) ⑥(乾)卵(液卵) ⑦(乾)卵(液卵) ⑧(乾)卵(液卵) ⑨(乾)卵(液卵) ⑩(乾)卵(液卵) ⑪(乾)卵(液卵) ⑫(乾)卵(液卵) ⑬(乾)卵(液卵) ⑭(乾)卵(液卵) ⑮(乾)卵(液卵) ⑯(乾)卵(液卵) ⑰(乾)卵(液卵) ⑱(乾)卵(液卵) ⑲(乾)卵(液卵) ⑳(乾)卵(液卵) ㉑(乾)卵(液卵) ㉒(乾)卵(液卵) ㉓(乾)卵(液卵) ㉔(乾)卵(液卵) ㉕(乾)卵(液卵) ㉖(乾)卵(液卵) ㉗(乾)卵(液卵) ㉘(乾)卵(液卵) ㉙(乾)卵(液卵) ㉚(乾)卵(液卵) ㉛(乾)卵(液卵) ㉜(乾)卵(液卵) ㉝(乾)卵(液卵) ㉞(乾)卵(液卵) ㉟(乾)卵(液卵) ㊱(乾)卵(液卵) ㊲(乾)卵(液卵) ㊳(乾)卵(液卵) ㊴(乾)卵(液卵) ㊵(乾)卵(液卵) ㊶(乾)卵(液卵) ㊷(乾)卵(液卵) ㊸(乾)卵(液卵) ㊹(乾)卵(液卵) ㊺(乾)卵(液卵) ㊻(乾)卵(液卵) ㊼(乾)卵(液卵) ㊽(乾)卵(液卵) ㊾(乾)卵(液卵) ㊿(乾)卵(液卵)	①▲ごはん ②●(冷)ヒレカツ 食塩 ③▲ナタネサラダ油 ④(乾)卵(液卵) ⑤(乾)卵(液卵) ⑥(乾)卵(液卵) ⑦(乾)卵(液卵) ⑧(乾)卵(液卵) ⑨(乾)卵(液卵) ⑩(乾)卵(液卵) ⑪(乾)卵(液卵) ⑫(乾)卵(液卵) ⑬(乾)卵(液卵) ⑭(乾)卵(液卵) ⑮(乾)卵(液卵) ⑯(乾)卵(液卵) ⑰(乾)卵(液卵) ⑱(乾)卵(液卵) ⑲(乾)卵(液卵) ⑳(乾)卵(液卵) ㉑(乾)卵(液卵) ㉒(乾)卵(液卵) ㉓(乾)卵(液卵) ㉔(乾)卵(液卵) ㉕(乾)卵(液卵) ㉖(乾)卵(液卵) ㉗(乾)卵(液卵) ㉘(乾)卵(液卵) ㉙(乾)卵(液卵) ㉚(乾)卵(液卵) ㉛(乾)卵(液卵) ㉜(乾)卵(液卵) ㉝(乾)卵(液卵) ㉞(乾)卵(液卵) ㉟(乾)卵(液卵) ㊱(乾)卵(液卵) ㊲(乾)卵(液卵) ㊳(乾)卵(液卵) ㊴(乾)卵(液卵) ㊵(乾)卵(液卵) ㊶(乾)卵(液卵) ㊷(乾)卵(液卵) ㊸(乾)卵(液卵) ㊹(乾)卵(液卵) ㊺(乾)卵(液卵) ㊻(乾)卵(液卵) ㊼(乾)卵(液卵) ㊽(乾)卵(液卵) ㊾(乾)卵(液卵) ㊿(乾)卵(液卵)														
栄養量	728 2.2	809 2.6	840 2.4	823 1.7														

フェイスブック

「広島市学校給食・食育」

Facebookページ

メニュー

お知らせ

インサイト

投稿

広島市学校給食・食育

Facebookページの「お気に入り」に登録してください。

ホーム

投稿

写真

ビデオ

ライブ

メッセージ

その他

フェイスブックでは

・特色ある献立、人気の献立の紹介

・地場産物の活用促進の取組

・学校のユニークな食育の取組

・食育授業の様子 などを紹介しています。

広島市ホームページ

広島市教育委員会

ホーム

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

学校給食

※赤(●)：たんぱく質 ○：無機質 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
 ※栄養量欄の左はエネルギー(kcal)、右は食塩相当量(g)

フェイスブック「広島市学校給食・食育」

http://fb.com/364882206996015



広島市ホームページ「学校給食の献立」

http://www.city.hiroshima.lg.jp/site/education/17049.html



学校給食・食育の情報について

広島市教育委員会では、学校給食に関する情報や各学校の食育の取組などを、広島市のホームページやfacebookで随時発信しています。毎月配布する家庭配付献立表の欄外にURL及びQRコードを載せていますので、ぜひ一度ご覧ください。

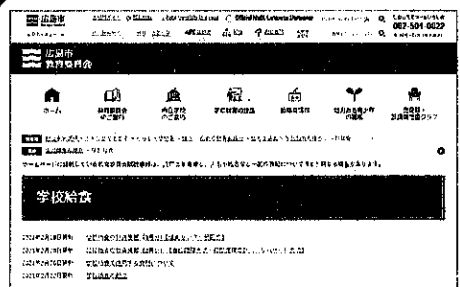
フェイスブック

「広島市学校給食・食育」



フェイスブックでは
 ・特色ある献立・人気の献立の紹介
 ・地場産物の活用促進の取組
 ・学校のユニークな食育の取組
 ・食育授業の様子 などを紹介しています。

広島市ホームページ



広島市のホームページでは、献立表、物資情報、食材の産地などを公開しています。
 ※広島市ホームページ > くらし・手続き > 入学・教育 > 広島市教育委員会 > 学校教育の推進 > 学校給食

※季節の食べ物

さくら

キャベツ

こまつな

たけのこ

あまなつかん

きよみ