



日曜日	献立名	主に体の組織をつくる食品群		主に体の調子を整える食品群		主にエネルギーになる食品群		給食回数 13回
		1群 肉・魚・卵 豆・豆製品	2群 牛乳・乳製品 骨ごと食べる魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物・きのこ	5群 穀類・いも・砂糖	6群 油脂・種実	
11木	スライSPAN・飲用牛乳		飲用牛乳			スライSPAN		
	春キャベツのポタージュ	シヨルダーベーコン	牛乳・脱脂粉乳 チーズ	にんじん	たまねぎ・キャベツ スイートコーン		ベシャメルソースの素 生クリーム・バター	
	ビーンズサラダ	大豆		にんじん	きゅうり	じゃがいも	フレンチドレッシング	
	たらフライ	すけとうだら				小麦粉 コーンスターチ	米ぬか油	
	いちごジャム				いちごジャム			
12金	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		花見献立
	かしわ汁	とり肉・けずりぶし		にんじん	だいこん・根深ねぎ			
	ちらしずし			にんじん	れんこん・たけのこ かんぴょう	砂糖		
	いわしの梅煮	いわし			梅干し	じゃがいもでん粉 砂糖		
15月	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		
	あおさ汁	豆腐・ミックスみそ けずりぶし	あおさ	にんじん	根深ねぎ			
	ゆかりあえ			しそ(粉)	キャベツ・もやし きゅうり	砂糖		
	レバーとじゃがいもの甘辛煮	とりレバー・とり肉				じゃがいも・砂糖 じゃがいもでん粉 コーンスターチ	米ぬか油	
16火	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		野菜入り しゅうまい 2個
	豆腐の中華煮	豆腐・ぶた肉・えび		にんじん	はくさい・たまねぎ	じゃがいもでん粉 砂糖	ごま油	
	拌三絲 (パンサンサー)			にんじん	キャベツ・きゅうり	はるさめ・砂糖	ごま油	
	野菜入りしゅうまい	大豆・とり肉・ぶた肉		にんじん ほうれんそう	たまねぎ とうもろこし	小麦粉・砂糖	ラード	
17水	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		たべまるの おすすめ
	肉じゃが	ぶた肉		にんじん	たまねぎ・しらたき	じゃがいも・砂糖		
	ごま酢あえ				キャベツ・もやし きゅうり・しょうが	砂糖	ごま	
	厚焼き卵	かつお・鶏卵 かつおだし				キャッサバでん粉 砂糖	なたね油・パーム油	
18木	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		
	かきたま汁	豆腐・かまぼこ 鶏卵・けずりぶし		みつば	えのきたけ	じゃがいもでん粉		
	ひじきの炒め煮	大豆・けずりぶし	ひじき	にんじん		じゃがいも・砂糖	米ぬか油	
	ミンチカツ	大豆・ぶた肉			たまねぎ	小麦粉・砂糖 とうもろこしでん粉 じゃがいもでん粉	なたね油・米ぬか油	
19金	赤飯・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん・もち米 あずき		入学・進級 祝い献立
	花ふのすまし汁	豆腐・かまぼこ けずりぶし		にんじん・みつば	しめじ	花ふ		
	れんこんサラダ				キャベツ・れんこん きゅうり スイートコーン	砂糖	ごまドレッシング ごま	
	いか香味揚げ	大豆・いか すけとうだら	あおさ		たまねぎ	小麦粉 とうもろこしでん粉 じゃがいもでん粉	なたね油・米ぬか油	
	いちごゼリー (豆乳クリーム添え)				いちごゼリー (豆乳クリーム添え)			
22月	麦ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		
	カレーライス	ぶた肉	チーズ・脱脂粉乳	にんじん	たまねぎ	じゃがいも	カレールウ (甘口)	
	チキンサラダ	とり肉 (蒸)		にんじん	キャベツ・きゅうり		フレンチドレッシング	
	ミックスフルーツ				黄桃・みかん パインアップル			
23火	白玉うどん・飲用牛乳		飲用牛乳			白玉うどん		あじフリッター 小1個 中・高・職2個
	肉うどん	ぶた肉・けずりぶし		にんじん	だいこん・根深ねぎ ごぼう			
	ひじきとマカロニのサラダ	まぐろ (油漬)	ひじき		キャベツ・きゅうり スイートコーン	マカロニ・砂糖	マヨネーズ風ドレッシング ごま	
	あじフリッター	あじ	おきあみ・あおさ			小麦粉・米粉・砂糖 コーンスターチ	大豆油・米ぬか油	
	コーヒー牛乳の素					コーヒー牛乳の素		
24水	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		
	中華炒め	えび・ぶた肉		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ・はくさい たけのこ・しょうが	じゃがいもでん粉		
	中華風酢の物	とり肉 (蒸)		にんじん	キャベツ・きゅうり	砂糖・はるさめ	ごま・ごま油	
	春巻き	ぶた肉		にら・にんじん	キャベツ・もやし エリンギ	小麦粉・水あめ じゃがいもでん粉	大豆油・米ぬか油	
25木	ツイストパン・飲用牛乳		飲用牛乳			ツイストパン		
	ポークビーンズ	大豆・ぶた肉 ベーコン		にんじん	たまねぎ グリーンピース	じゃがいも・砂糖		
	コーンコールスローサラダ				キャベツ・きゅうり スイートコーン		コールスロードレッシング	
	ハンバーグ	大豆・とり肉・ぶた肉			たまねぎ	とうもろこしでん粉 キャッサバでん粉	ラード	

日曜日	献立名	主に体の組織をつくる食品群		主に体の調子を整える食品群		主にエネルギーになる食品群		給食回数 13回
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
		肉・魚・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 骨ごと食べる魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ	穀類・いも・砂糖	油脂・種実	
26金	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		
	豆乳のバランスみそ汁	豆腐・豆乳・米みそ けずりぶし		にんじん	だいこん・はくさい 根深ねぎ			
	和風サラダ			にんじん	キャベツ・きゅうり もやし		和風ドレッシング	
	とり肉のから揚げ	とり肉			しょうが	じゃがいもでん粉	米ぬか油	
30火	麦ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		
	豚丼	ぶた肉		にんじん さやいんげん	たまねぎ・しらたき しょうが	砂糖		
	おひたし			ほうれんそう にんじん	キャベツ・もやし	砂糖		
	コロッケ				たまねぎ	小麦粉・米粉 じゃがいも・砂糖	大豆油・米ぬか油	

右側は基準値	エネルギー		たんぱく質		脂質		カルシウム		鉄		ビタミン						食物繊維		食塩相当量			
	kcal		g		g		mg		mg		A μgRAE	B1 mg	B2 mg	C mg	g		g					
小学部	579	520	22.5	20.0	20.3	15.9	344	260	2.4	2.9	361	183	0.50	0.36	0.51	0.53	26	20	3.3	5.2	2.1	3.0
中学部	666	660	25.5	25.0	22.5	20.1	363	390	2.9	3.6	430	237	0.60	0.46	0.55	0.63	31	24	4.0	6.6	2.4	3.0
高等部	722	700	27.2	26.0	23.6	21.4	373	360	3.0	3.6	464	256	0.65	0.48	0.56	0.67	34	24	4.4	7.0	2.6	3.0

4月の目標
「楽しく給食を食べよう」

- 豊田の農産物**
- 小麦「きぬあかり」
・・・スライSPAN
ツイストパン
 - 大豆「フクユタカ」
・・・水煮大豆、豆腐
 - キャベツ
 - たまねぎ
- ※献立表内では**太字**になっています。



普段の食事でも、6つの基礎食品群の食品をバランスよく組み合わせさせて食べましょう。

しっかり食べよう!

- <今月の季節の食材>
- キャベツ
 - たけのこ

※学校給食は、1日に必要な栄養素の1/3を摂取できるように献立を作成しています。普段の食事でも不足しがちなカルシウムは、成長期に特に必要な栄養素で、およそ1/2を摂取できるようにしています。

入学・進級祝い献立
19日(金)

- ・赤飯
- ・いか香味揚げ
- ・れんこんサラダ
- ・花ふのすまし汁
- ・いちごゼリー (豆乳クリーム添え)

花見献立
12日(金)

- ・ちらしずし

たべまるのおすすめ

今年度も【豊田市の学校給食人気料理】を、たべまる給食として、レシピを紹介していくまる！

4月は、17日(水)の【ごま酢あえ】まる。

作り方や写真は、豊田市ホームページのトップページ「クックパッド公式キッチン」をクリックするまる。

レシピの検索画面に「たべまる給食」と入れるとすぐに見つかるまる。



たべまる給食 検索

▲豊田市クックパッド公式キッチンはこちらから



※献立一覧表と食材の産地は、豊田市ホームページで見ることができます。
※天候など、やむを得ない事情により、産地や献立が変更される場合があります。

※牛乳の表記については、2種類になります。毎日つく「飲用牛乳」と調理に使用する「牛乳」です。飲用牛乳とは200mLパック入りの牛乳です。

※食物アレルギーの原因食品の使用については「食物アレルギー原因食品一覧表」で御確認ください。

●安全・安心・おいしい給食をお届けします●