



日曜日	献立名	赤のグループ	緑のグループ	黄のグループ	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		おもに体をつくるものになる食品 魚・肉・卵・豆・豆製品 牛乳・乳製品・小魚・海藻	おもに体の調子を整えるものになる食品 色のこい野菜・その他の野菜 きのこ・果物	おもにエネルギーのもとになる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	
1水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	524 22.0
	チキンカツ・◆中濃ソース	とり肉		小麦粉・米粉・米ぬか油	
	糸こんにぶの炒め煮	まぐろ（油漬）・こんにぶ	にんじん	じゃがいも・砂糖・ごま油	
	キャベツのみそ汁	豆腐・米みそ・油揚げ・けずりぶし	キャベツ・にんじん・だいこん・葉ねぎ		
2木	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	508 19.8
	かつおのそぼろ丼	かつお（油漬）	にんじん・えだまめ・スイートコーン	砂糖・ごま	
	ごぼうサラダ	とり肉	キャベツ・ごぼう・きゅうり	砂糖・マヨネーズ風ドレッシング	
	◇マヨネーズ風ドレッシング				
	若竹汁	豆腐・かまぼこ・けずりぶし・わかめ	たけのこ・にんじん・だいこん・えのきたけ		
プチゼリー（アセロラ）			プチゼリー（アセロラ）		
7火	山菜まぜごはん・飲用牛乳	飲用牛乳・とり肉	にんじん・ごぼう・ふき・みず・わらび しめじ	麦ごはん・砂糖	548 23.9
	さわらの香味ソースかけ	さわら	根深ねぎ・しょうが	じゃがいもでん粉・米ぬか油・ごま油・砂糖	
	あおさ汁	豆腐・豆みそ・けずりぶし・あおさ	だいこん・にんじん・えのきたけ		
8水	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	572 22.7
	シンガポールチキンライス	とり肉	しょうが・にんにく・レモン果汁	ごま油・砂糖	
	野菜のオイスターソース炒め		キャベツ・チンゲンサイ・もやし		
	えびのカレースープ	生揚げ・豆乳・えび	たまねぎ・にんじん		
	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）		
9木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	579 22.9
	いわしのしょうが煮	いわし	しょうが	砂糖・じゃがいもでん粉	
	わかめの酢の物	わかめ	キャベツ・きゅうり	砂糖	
	生揚げと野菜のうま煮	生揚げ・ぶた肉・けずりぶし	たまねぎ・にんじん・しいたけ	じゃがいも・砂糖	
10金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	506 16.9
	油淋鶏（ユーリンチー）	とり肉	葉ねぎ・しょうが	じゃがいもでん粉・米ぬか油・砂糖・ごま油	
	チャプチェ	まぐろ（油漬）	たまねぎ・チンゲンサイ・にんじん・しいたけ	はるさめ・砂糖・ごま油・ごま	
	中華スープ	ショルダーベーコン	だいこん・にんじん		
13月	ツイストパン・飲用牛乳	飲用牛乳		ツイストパン	449 19.9
	ウインナー	ウインナー			
	アスパラポテト	まぐろ（油漬）	アスパラガス・スイートコーン・にんにく	じゃがいも・オリーブ油	
	豆乳スープ	豆乳・とり肉	たまねぎ・にんじん・だいこん・パセリ		
14火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	537 21.0
	さばの煮つけ	さば	しょうが	砂糖	
	青菜あえ		キャベツ・もやし・にんじん・菜めし粉		
	じゃがいものそぼろ煮	とり肉・けずりぶし	たまねぎ・にんじん・さやいんげん	じゃがいも・砂糖	
15水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	547 21.3
	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	
	鉄人サラダ	大豆・まぐろ（油漬）・ひじき	にんじん・スイートコーン	砂糖	
	沢煮わん	ぶた肉・けずりぶし	だいこん・にんじん・ごぼう・葉ねぎ しいたけ		
16木	中華めん・飲用牛乳	飲用牛乳		中華めん	559 25.0
	ジャージャーめん	ぶた肉・豆みそ	たまねぎ・にんじん・しょうが・にんにく	砂糖・じゃがいもでん粉・米ぬか油	
	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	
	切干しだいこんのさっぱりサラダ	とり肉	もやし・にんじん・切干しだいこん スイートコーン・レモン果汁	砂糖・ごま・ごま油	
17金	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	564 19.2
	ハヤシライス	ぶた肉・脱脂粉乳	たまねぎ・にんじん・マッシュルーム トマトピューレー	じゃがいも・ハヤシルウ	
	ツナサラダ	まぐろ（油漬）	キャベツ・チンゲンサイ・にんじん	コールスロードレッシング	
	カクテルゼリー			カクテルゼリー	
20月	米粉パン・飲用牛乳	飲用牛乳		米粉パン	547 20.4
	イタリアンスパゲティ	ショルダーベーコン	たまねぎ・にんじん・ピーマン マッシュルーム	スパゲティ	
	だいこんサラダ		だいこん・にんじん・きゅうり	コーンクリームドレッシング	
	フルーツミックス		パインアップル・みかん・黄桃		
21火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	538 18.3
	たらフライのレモンしょうゆがけ	すけとうだら・大豆	レモン果汁	小麦粉・キャッサバでん粉・米ぬか油・砂糖 えごま油	
	骨太サラダ	まぐろ（油漬）・ひじき・干しえび	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	
	◇マヨネーズ風ドレッシング				
白みそ汁	米みそ・けずりぶし	だいこん・にんじん・根深ねぎ	じゃがいも		
22水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	531 25.3
	厚焼き卵	鶏卵		キャッサバでん粉・砂糖・なたね油・大豆油	
	おかかあえ	かつお節	キャベツ・もやし・こまつな	砂糖	
	高野豆腐のうま煮	とり肉・ちくわ・凍り豆腐・けずりぶし	はくさい・にんじん・さやいんげん	砂糖・じゃがいもでん粉	
23木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	559 24.5
	肉だんごのあんからめ	とり肉・大豆	たまねぎ	小麦粉・砂糖・じゃがいもでん粉 キャッサバでん粉	
	ナムル		もやし・はくさい・にんじん・こまつな	ごま油・ごま	
	麻婆豆腐	豆腐・ぶた肉・豆みそ	たまねぎ・にんじん・葉ねぎ・しいたけ しょうが	じゃがいもでん粉・砂糖・ごま油	

こどもの日
献立



たべまるの
おすすめ

日曜日	献立名	赤のグループ	緑のグループ	黄のグループ	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		おもに体をつくるものになる食品 魚・肉・卵・豆・豆製品 牛乳・乳製品・小魚・海藻	おもに体の調子を整えるものになる食品 色のこい野菜・その他の野菜 きのこ・果物	おもにエネルギーのものになる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	
24金	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	540 22.4
	きびなごのから揚げ	きびなご		じゃがいもでん粉・米ぬか油	
	たくあんあえ		キャベツ・たくあん漬・きゅうり	ごま	
	とよたひまわりポーク丼	ぶた肉	たまねぎ・しらたき・にんじん さやいんげん・しょうが	砂糖	
	抹茶水ようかん			抹茶水ようかん	
27月	スライスパン・飲用牛乳	飲用牛乳		スライスパン	462 21.6
	スパニッシュオムレツ	とり肉・鶏卵	かぼちゃ	じゃがいもでん粉・砂糖・なたね油・米ぬか油	
	スラッピージョー	ぶた肉	たまねぎ・にんじん・トマト	小麦粉・砂糖	
	コンソメスープ	ショルダーベーコン	キャベツ・にんじん・しめじ・パセリ	じゃがいも	
28火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	501 19.3
	チーズ納豆	納豆・チーズ	パセリ	砂糖	
	あじフリッター	あじ・おきあみ・あおさ		小麦粉・とうもろこしでん粉・砂糖・米粉 大豆油	
	具だくさんみそ汁	豆みそ・けずりぶし	だいこん・にんじん・たまねぎ・えのきたけ 葉ねぎ	じゃがいも	
29水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	541 21.0
	レバーとこんにゃくの甘辛煮	とり肉・とりレバー	こんにゃく	とうもろこしでん粉・じゃがいもでん粉 米ぬか油・砂糖	
	ごまあえ	ちくわ	もやし・にんじん・ほうれんそう	ごま・砂糖	
	かきたま汁	鶏卵・かまぼこ・けずりぶし	たまねぎ・にんじん・葉ねぎ・しいたけ	じゃがいもでん粉	
30木	ツナピラフ・飲用牛乳	飲用牛乳・まぐろ（油漬）	たまねぎ・にんじん・マッシュルーム	麦ごはん	531 20.3
	デミグラスハンバーグ	大豆・とり肉・ぶた肉	たまねぎ	とうもろこしでん粉・ラード	
	キャベツのクリームスープ	牛乳・ショルダーベーコン・脱脂粉乳・チーズ	キャベツ・にんじん・たまねぎ	ベシヤメルソースの素・生クリーム・バター	
31金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	561 18.3
	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・じゃがいもでん粉・水あめ・大豆油 米ぬか油	
	ホイコーロー	ぶた肉・豆みそ	キャベツ・にんじん・ピーマン	砂糖・ごま油	
	わかめスープ	豆腐・かまぼこ・わかめ	たまねぎ・スイートコーン	じゃがいもでん粉	

5月の目標「すききらいなく食べよう」

豊田の農産物

- 米「大地の風」
・・・ごはん、麦ごはん、米粉パン
- 小麦「きぬあかり」
・・・スライスパン、ツイストパン、中華めん
- 大豆「フクユタカ」
・・・納豆、水煮大豆、豆腐、油揚げ、生揚げ
豆みそ
- ぶた肉「とよたひまわりポーク」
- 茶・・・抹茶水ようかん



※献立表内では太字になっています。

今月の季節の食材



ふき
みず
わらび

5月5日はこどもの日

2日（木）こどもの日献立

こどもの日は、「端午の節句」とも呼ばれ、こどもの健やかな成長を願う日です。

・かつおのそぼろ丼・若竹汁

すくすく元気に育つように願いをこめて、たけのこを使用した若竹汁です。



24日（金）豊田ブランドの日 豊田市でとれた食材を使用した献立を実施します。

- とよたひまわりポーク丼 …米（大地の風）
ぶた肉（とよたひまわりポーク）
- 抹茶水ようかん…茶



たべまるのおすすめ

今月は、16日（木）の【ジャージャーめん】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。

※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。
※献立名にある◇◆のついたドレッシング・ソースは、配膳する時に使用します。