



# 給食献立一覧表



日	曜日	献立名	赤 体を作る		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
			魚・肉・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	米・パン・めん いも・砂糖	油脂・種実
1	水	ツイストパン 飲用牛乳		飲用牛乳				ツイストパン
		キャベツ入りメンチカツ	牛肉 ぶた肉 大豆			キャベツ たまねぎ	じゃがいもでん粉 小麦粉 砂糖	大豆油 なたね油 パーム油 米ぬか油
		ポテトサラダ			にんじん	きゅうり	じゃがいも	マヨネーズ風ドレッシング
		レタススープ	ウインナー		にんじん パセリ	レタス たまねぎ		
		乾燥小魚		かたくちいわし			砂糖 水あめ	
2	木	かつおのそぼろ丼 飲用牛乳	かつお (油漬)	飲用牛乳	にんじん	スイートコーン えだまめ	麦ごはん 砂糖	
		ごぼうサラダ	とりにく			ごぼう キャベツ きゅうり		ごまドレッシング
		若竹汁	かまぼこ 豆腐 けずりぶし	わかめ		たけのこ えのきたけ		
		プチゼリー (洋なし)					プチゼリー (洋なし)	
7	火	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳				ごはん
		油淋鶏 (ユーリンチー)	とりにく			しょうが 根深ねぎ	じゃがいもでん粉 砂糖	ごま油 米ぬか油
		はるさめサラダ				きゅうり キャベツ スイートコーン	はるさめ	中華ドレッシング
		中華スープ	ベーコン		チンゲンサイ にんじん	たまねぎ		ごま油
8	水	スライスパン 飲用牛乳		飲用牛乳				スライスパン
		いちごジャム					いちごジャム	
		オムレツ	鶏卵				キャッサバでん粉 砂糖	なたね油 大豆油
		アスパラとポテトのソテー	ウインナー		アスパラガス パセリ	たまねぎ にんにく	じゃがいも	オリーブ油
		春キャベツのポターージュ	とりにく	牛乳 脱脂粉乳	にんじん	たまねぎ キャベツ スイートコーン		生クリーム 米粉のホワイトルウ
9	木	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳				ごはん
		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		にんじん	たまねぎ しいたけ	じゃがいも 砂糖 じゃがいもでん粉	
10	金	たけのこごはん 飲用牛乳	油揚げ	飲用牛乳	みつば	たけのこ しめじ	麦ごはん 砂糖	
		和風コロッケ	大豆		にんじん	れんこん	じゃがいも 小麦粉 砂糖 米粉 とうもろこしでん粉	なたね油 大豆油 米ぬか油
		豚汁	ぶた肉 豆腐 油揚げ けずりぶし ミックスみそ 豆みそ		にんじん こまつな	だいこん		
13	月	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳				麦ごはん
		タコライスの具	ぶた肉 とりにく		にんじん トマト	たまねぎ にんにく		
		タコライスの野菜 (チーズ入り)		チーズ		キャベツ きゅうり		
		ポトフ	ウインナー		にんじん ブロッコリー	たまねぎ	じゃがいも	
14	火	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳				ごはん
		青じそ入りあじフライ	あじ 大豆		青じそ		小麦粉 砂糖 じゃがいもでん粉 キャッサバでん粉	米ぬか油
		のり酢あえ	まぐろ(油漬)	のり	ほうれんそう	もやし	砂糖	
		ちゃんこ汁	肉だんご 油揚げ けずりぶし		にんじん	根深ねぎ はくさい	ごんにゃく	
15	水	米粉パン 飲用牛乳		飲用牛乳				米粉パン
		タンダーチキン	とりにく			にんにく	じゃがいも 小麦粉	
		ツナサラダ	まぐろ(油漬)			キャベツ もやし		ごまドレッシング
		クリームスープ	ベーコン	牛乳	ブロッコリー にんじん	たまねぎ しめじ		生クリーム バター 米粉のホワイトルウ
16	木	中華めん 飲用牛乳		飲用牛乳				中華めん
		ジャージャーめん	ぶた肉 豆みそ		にんじん	たまねぎ しょうが にんにく	砂糖 じゃがいもでん粉	なたね油
		揚げぎょうざ	ぶた肉		にら	キャベツ たまねぎ にんにく	小麦粉 砂糖 とうもろこしでん粉	ラード 米ぬか油
		もやしのナムル			にんじん	もやし きゅうり		中華ドレッシング
17	金	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳				ごはん
		厚焼き卵	鶏卵				砂糖 キャッサバでん粉	なたね油 大豆油
		骨太サラダ	まぐろ(油漬)	ひじき 干しえび		きゅうり キャベツ スイートコーン	砂糖 マカロニ	ごま マヨネーズ風ドレッシング
		高野豆腐のうま煮	凍り豆腐 ぶた肉		にんじん さやいんげん	たまねぎ	じゃがいも 砂糖 じゃがいもでん粉	
20	月	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳				ごはん
		チキンチキンごぼう	とりにく			ごぼう えだまめ	じゃがいもでん粉 砂糖	米ぬか油
		ゆかりあえ			しそ (粉)	キャベツ きゅうり もやし		
		わかめのみそ汁	豆腐 けずりぶし 豆みそ	わかめ		根深ねぎ しいたけ	じゃがいも	

日曜日	献立名	赤 体を作る		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群
		魚・肉・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	米・パン・めん いも・砂糖	油脂・種実
21 火	中華丼 飲用牛乳	ぶた肉 いか	飲用牛乳	にんじん	はくさい たまねぎ もやし たけのこ しいたけ	麦ごはん じゃがいもでん粉	ごま油 なたね油
	コーンしゅうまい	豆腐 すけとうだら 大豆			スイートコーン たまねぎ	じゃがいもでん粉 砂糖 小麦粉	ラード
	拌三絲 (ハンサンスー)	ハム			キャベツ きゅうり	はるさめ 砂糖	ごま油
22 水	サンドイッチパンズ 飲用牛乳		飲用牛乳			サンドイッチパンズ	
	ココア牛乳の素					ココア牛乳の素	
	ハンバーガー	牛肉 ぶた肉 とり肉			たまねぎ にんにく しょうが	小麦粉 砂糖 じゃがいもでん粉	
	フレンチサラダ				キャベツ きゅうり スイートコーン レモン果汁	砂糖	オリーブ油
	豆乳カレースープ	とり肉 豆乳		にんじん ブロッコリー	たまねぎ	じゃがいも	米粉のカレールー
23 木	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん	
	かつおのおかか煮	かつお かつお節			しょうが	砂糖 じゃがいもでん粉	
	野菜のごまあえ	油揚げ		にんじん ほうれんそう	キャベツ もやし	砂糖	ごま
	親子煮	とり肉 鶏卵		にんじん	たまねぎ こんにゃく	じゃがいも 砂糖	
24 金	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん	
	みそカツ	ぶた肉 豆みそ				小麦粉 米粉 砂糖 とうもろこしでん粉	米ぬか油 ごま
	キャベツの塩昆布あえ		こんぶ		キャベツ きゅうり	砂糖	
	かみなり汁	豆腐 油揚げ けずりぶし		にんじん	ごぼう だいこん 根深ねぎ		ごま油
27 月	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん	
	レバーと大豆の甘辛煮	とりレバー 大豆 とり肉			しょうが	じゃがいもでん粉 砂糖	米ぬか油
	梅おかかあえ	かつお節		こまつな にんじん	キャベツ もやし 梅干し	砂糖	
	五目汁	油揚げ 豆腐 けずりぶし		にんじん	ごぼう だいこん 根深ねぎ		
28 火	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん	
	チーズ納豆	納豆	チーズ	パセリ		砂糖	
	きんぴらごぼう	ぶた肉		にんじん	ごぼう れんこん こんにゃく	砂糖	ごま ごま油
	白みそ汁	豆腐 油揚げ 米みそ けずりぶし	わかめ	にんじん		じゃがいも	
29 水	くろロール 飲用牛乳		飲用牛乳			くろロール	
	スパニッシュオムレツ	鶏卵 ベーコン	チーズ 牛乳		たまねぎ	じゃがいも 砂糖 じゃがいもでん粉	なたね油
	ビーンズサラダ	大豆			きゅうり キャベツ		コールスロートレッシング
	パンネのトマト煮	とり肉		にんじん トマト	たまねぎ えだまめ にんにく	マカロニ 砂糖	オリーブ油
30 木	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん	
	家常豆腐 (ジャーチャンドウフ)	ぶた肉 生揚げ 豆みそ		にんじん	たまねぎ 根深ねぎ しょうが	砂糖 じゃがいもでん粉	
	海藻サラダ	まぐろ(油漬)	わかめ こんぶ のり	にんじん	キャベツ きゅうり		中華ドレッシング
	中華風コーンスープ	ベーコン 鶏卵		こまつな	たけのこ たまねぎ スイートコーン	じゃがいもでん粉	
31 金	とよたひまわりポーク丼 飲用牛乳	ぶた肉	飲用牛乳	にんじん さやいんげん	たまねぎ しょうが こんにゃく	麦ごはん 砂糖	
	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 きゅうり たくあん漬	砂糖	ごま
	抹茶水ようかん					抹茶水ようかん	

### 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
- ぶた肉「とよたひまわりポーク」
- 茶…抹茶水ようかん



### 5月5日はこどもの日

2日(木) こどもの日献立

- ・かつおのそぼろ丼
- ・若竹汁

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。



#### 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。レシポの検索画面に「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

### 今月の季節の食材



#### 31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

※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。