



日	曜日	献立名	主に体の組織を作る食品群		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		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	
			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	穀類・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	633 21.5	
		チキンナゲット	とり肉 大豆					小麦粉 砂糖 じゃがいもでん粉		なたね油 パーム油 米ぬか油
		イタリアンサラダ			にんじん	キャベツ きゅうり		イタリアンドレッシング		
		ミネストローネ	ベーコン		にんじん トマト パセリ トマトピューレー	たまねぎ にんにく		じゃがいも マカロニ オリーブ油		
2	木	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳				麦ごはん	690 23.9	
		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			ごぼう キャベツ きゅうり	砂糖	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 えのきたけ				
		かしわもち						かしわもち		
7	火	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳				麦ごはん	668 23.7	
		チキンチキンごぼう	とり肉			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				
		かきたま汁	鶏卵 かまぼこ けずりぶし		にんじん みつば	たまねぎ		じゃがいもでん粉		
8	水	スライスパン 飲用牛乳		飲用牛乳				スライスパン	622 26.3	
		チリコンカン	ぶた肉 大豆			にんにく たまねぎ				
		ツナマヨサラダ	まぐろ(油漬)		ブロッコリー にんじん	もやし		マヨネーズ風ドレッシング		
		ベジタブルスープ	ベーコン		にんじん パセリ	たまねぎ		じゃがいも		
9	木	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳				麦ごはん	649 20.3	
		揚げコーンしゅうまい	すけとうだら 豆腐 大豆			とうもろこし たまねぎ	小麦粉 じゃがいもでん粉	ラード 米ぬか油		
		はるさめサラダ	ハム		にんじん	キャベツ		はるさめ 砂糖 ごま油		
		中華うま煮	とり肉	こんぶ	ほうれんそう にんじん	たまねぎ たけのこ しょうが しいたけ		じゃがいもでん粉 ごま油 なたね油		
10	金	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳				麦ごはん	692 26.3	
		レバーと大豆の甘辛煮	とりレバー とり肉 大豆				じゃがいもでん粉 砂糖	米ぬか油		
		磯香あえ		のり	にんじん	キャベツ もやし	砂糖			
		根菜のごま汁	油揚げ・ミックスみそ けずりぶし		にんじん	だいこん ごぼう 根深ねぎ はくさい ごんにやく		じゃがいも ごま		
13	月	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳				麦ごはん	679 25.2	
		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		にんじん	たまねぎ しいたけ		じゃがいも 砂糖		
14	火	わかめごはん 飲用牛乳		わかめ 飲用牛乳				麦ごはん	687 25.5	
		けんちんの含め煮	豆腐 油揚げ すけとうだら	ひじき	にんじん		じゃがいもでん粉 砂糖	とうもろこし油		
		きんぴらごぼう	ぶた肉		にんじん	ごぼう	砂糖	なたね油 ごま ごま油		
		ちゃんこ汁	肉だんご 油揚げ ミックスみそ		にんじん	根深ねぎ はくさい だいこん		じゃがいもでん粉		
15	水	米粉パン 飲用牛乳		飲用牛乳				米粉パン	614 22.6	
		コーンコロッケ	大豆			とうもろこし	小麦粉 砂糖	大豆油 米ぬか油		
		キャロットサラダ			にんじん	キャベツ きゅうり		コールスロードレッシング		
		ミルクスープ	ベーコン	牛乳	ほうれんそう	たまねぎ しめじ		じゃがいも 生クリーム バター		
16	木	中華めん 飲用牛乳		飲用牛乳				中華めん	643 23.9	
		春巻き	ぶた肉		にんじん なら	キャベツ もやし エリンギ	じゃがいもでん粉 砂糖 小麦粉	ごま油 大豆油 米ぬか油		
		うま塩キャベツ			にんじん	キャベツ きゅうり 切干しだいこん にんにく		ごま油 ごま		
		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		
17	金	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳				麦ごはん	667 22.1	
		りっちゃんの元気サラダ	ハム かつお節	こんぶ	にんじん	キャベツ きゅうり スイートコーン	砂糖	オリーブ油		
		ハヤシライス	ぶた肉		にんじん トマトピューレー	たまねぎ グリンピース マッシュルーム		じゃがいも ハヤシルウ		
		フルーツポンチ				パイナップル 黄桃 みかん		レモンゼリー		
20	月	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳				麦ごはん	680 33.0	
		たらの銀紙焼き	すけとうだら 米みそ				砂糖 じゃがいもでん粉 キャッサバでん粉 とうもろこしでん粉	大豆油 なたね油 パーム油		
		ごまじゃこサラダ		しらす	こまつな	きゅうり 切干しだいこん	砂糖	ごま油 ごま		
		高野豆腐のうま煮	凍り豆腐 とり肉		にんじん さやいんげん	たまねぎ		じゃがいも 砂糖		
21	火	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳				麦ごはん	592 21.7	
		肉だんご	とり肉 ぶた肉 大豆			たまねぎ しょうが	小麦粉 砂糖	ラード ごま油 なたね油		
		炒めビーフン	ぶた肉		チンゲンサイ にんじん	たけのこ しょうが		ビーフン 砂糖 なたね油		
		わかめスープ	かまぼこ	わかめ	こまつな なら	たまねぎ				

日	曜日	献立名	主に体の組織を作る食品群		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		エネルギー( kcal ) たんぱく質 (g)
			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	穀類・いも・砂糖	油脂・種実	
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		596 30.3
		チキンカツバーガー	とり肉 大豆				小麦粉 とうもろこしでん粉	なたね油 米ぬか油	
		コールスローサラダ	ハム			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	
		ほたて入りシーフードチャウダー	ほたてが い えび	牛乳 脱脂粉乳 チーズ	にんじん	たまねぎ えだまめ		生クリーム 米粉のホワイトルウ	
23	木	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		662 25.9
		ぶりのから揚げ	ぶり			しょうが	じゃがいもでん粉	米ぬか油	
		ちくわと野菜のごまあえ	ちくわ		にんじん こまつな	もやし	砂糖	ごま	
		八杯汁	豆腐 けずりぶし		にんじん	だいこん ごぼう	じゃがいもでん粉		
24	金	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		635 28.0
		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	豊田ブランドの日					ごま	
		とよたひまわりポーク丼	ぶた肉		にんじん さやいんげん	たまねぎ しょうが しらたき	砂糖		
		抹茶水ようかん					抹茶水ようかん		
27	月	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		663 24.3
		青じそ入りあじフライ	あじ 大豆		青じそ		小麦粉 キャッサバでん粉 じゃがいもでん粉	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		
		豚汁	ぶた肉 豆みそ	かたくちいわし	にんじん	ごぼう はくさい だいこん こんにゃく			
28	火	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		660 32.8
		チーズ納豆	納豆	チーズ	パセリ		砂糖		
		和風サラダ	とり肉			もやし キャベツ きゅうり		和風玉ねぎドレッシング	
		すき焼き風煮	ぶた肉 焼き豆腐			はくさい えだまめ えのきたけ 根深ねぎ しらたき	砂糖	なたね油	
		手巻きのり		のり					
29	水	くろロール 飲用牛乳		飲用牛乳			くろロール		649 28.4
		オムレツ	鶏卵				キャッサバでん粉 砂糖	なたね油 大豆油	
		カリカリベーコンサラダ	ベーコン			スイートコーン きゅうり キャベツ	砂糖	オリーブ油	
		ポークビーンズ	ぶた肉 大豆		にんじん	たまねぎ しめじ	じゃがいも 砂糖	ハヤシルウ なたね油	
30	木	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		663 22.5
		和風コロッケ	大豆		にんじん	れんこん	じゃがいも 小麦粉 米粉 砂糖 じゃがいもでん粉	米ぬか油 なたね油 大豆油	
		切干しだいこんのごまマヨサラダ	とり肉			切干しだいこん キャベツ きゅうり レモン果汁		マヨネーズ風ドレッシング ごま	
		キムチ入りみそ汁	ぶた肉 豆腐 豆みそ	かたくちいわし	にんじん 葉ねぎ	キムチ だいこん ごぼう こんにゃく			
31	金	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		646 29.2
		ハンバーグ和風おろしソースがけ	牛肉 とり肉 ぶた肉			たまねぎ だいこん	小麦粉 砂糖 じゃがいもでん粉		
		かんきつサラダ	まぐろ(油漬)			スイートコーン もやし キャベツ きゅうり		かんきつドレッシング	
		かしわ汁	とり肉 豆腐 けずりぶし		にんじん 葉ねぎ	だいこん			

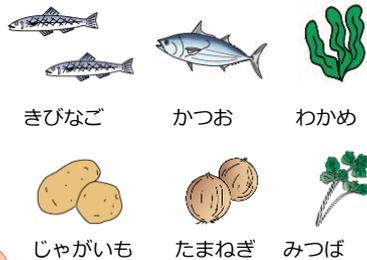
## 5月の目標「すききらいなく食べよう」

### 豊田の農産物

- 米「大地の風」  
・・・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



### 今月の季節の食材



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



## 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・かしわもち

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。



### 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



※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。

旭中学校

●安全・安心・おいしい給食をお届けします●