



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となる食品 魚・肉・卵・豆・豆製品 牛乳・乳製品・小魚・海そう	おもに体の調子を整えるものとなる食品 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となる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	
1水	麦ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		麦ごはん	694 25.4
	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		
	ごぼうサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング	とり肉(蒸)	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	
	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	
	かしわもち			かしわもち	
2木	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	677 24.1
	家常豆腐(ジャーチャンドウフ)	生揚げ・ぶた肉・豆みそ	たまねぎ・にんじん・根深ねぎ・しょうが	砂糖・じゃがいもでん粉	
	華風あえ		キャベツ・もやし・きゅうり・紅しょうが	はるさめ・砂糖・ごま油	
	大学いも			さつまいも・米ぬか油・砂糖	
7火	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	616 24.1
	豚汁	豆腐・ぶた肉・豆みそ・油揚げ・けずりぶし	だいこん・にんじん・ごぼう・根深ねぎ		
	和風サラダ・◇和風ドレッシング	まぐろ(油漬)	キャベツ・きゅうり	砂糖・和風ドレッシング	
	肉だんご	大豆・とり肉	たまねぎ	小麦粉・とうもろこしでん粉・ごま キャッサバでん粉・砂糖・なたね油	
8水	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	655 28.6
	かしわ汁	とり肉・けずりぶし	だいこん・にんじん・根深ねぎ		
	ゆかりあえ		キャベツ・きゅうり・もやし・にんじん しそ(粉)	砂糖	
	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	
9木	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	644 24.6
	★八宝菜	★うずら卵・ぶた肉・いか	たまねぎ・はくさい・にんじん チンゲンサイ・もやし・たけのこ	じゃがいもでん粉	
	拌三絲(パンサンスー)		キャベツ・きゅうり・にんじん	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	
10金	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	641 27.3
	ふだま汁	豆腐・かまぼこ・けずりぶし	にんじん・しめじ・みつば	豆玉ふ	
	糸切昆布の炒め煮	ぶた肉・こんぶ・けずりぶし	にんじん	じゃがいも・砂糖・ごま油・米ぬか油	
	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	
13月	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	650 25.8
	あおさ汁	豆腐・ミックスみそ・油揚げ・けずりぶし あおさ	にんじん・根深ねぎ		
	おかかあえ	かつお節	キャベツ・もやし・ほうれんそう・にんじん	砂糖	
	レバーとじゃがいもの甘辛煮	とり肉・とりレバー		とうもろこしでん粉・じゃがいも じゃがいもでん粉・米ぬか油・砂糖	
14火	★米粉パン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		★米粉パン	630 24.5
	炒めビーフン	ぶた肉・はんぺん	キャベツ・にんじん・紅しょうが	ビーフン・砂糖・米ぬか油	
	ミックスフルーツ		黄桃・パインアップル・みかん		
	ショウロンポウ	とり肉・ぶた肉	しょうが・たまねぎ	小麦粉・じゃがいもでん粉・砂糖	
15水	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	677 30.5
	高野豆腐のうま煮	ぶた肉・凍り豆腐・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・じゃがいもでん粉	
	磯香あえ	のり	キャベツ・もやし・にんじん	砂糖	
	さばの煮つけ	さば	しょうが	砂糖	
16木	★スライスパン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		★スライスパン	681 27.2
	大麦と野菜のスープ	とり肉・ベーコン	たまねぎ・キャベツ・にんじん・パセリ	押麦・米ぬか油	
	★チーズサラダ	★チーズ	キャベツ・きゅうり・にんじん	フレンチドレッシング	
	えびカツサンド ◇中濃ソース(サンド用)	大豆・えび・すけとうだら	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	
	コーヒー牛乳の素			コーヒー牛乳の素	
17金	麦ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		麦ごはん	710 27.1
	ハヤシライス	ぶた肉	たまねぎ・にんじん・トマト・グリーンピース	じゃがいも・ハヤシルウ	
	ビーンズサラダ	大豆	キャベツ・にんじん・きゅうり	コールスロドレッシング	
	★オムレツ	★鶏卵		キャッサバでん粉・砂糖・なたね油	
20月	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	677 26.7
	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	
	わかめの酢の物	わかめ	キャベツ・きゅうり	砂糖	
	いわしのしょうが煮	いわし	しょうが	じゃがいもでん粉・砂糖	
21火	中華めん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		中華めん	761 27.8
	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	
	うま塩キャベツ		キャベツ・きゅうり・にんじん 切干しだいこん・にんにく	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・じゃがいもでん粉・水あめ・大豆油 米ぬか油	
22水	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)		664 25.7
	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	
	★親子煮	★鶏卵・とり肉・けずりぶし	たまねぎ・にんじん	じゃがいも・砂糖	
	おひたし	油揚げ	キャベツ・もやし・ほうれんそう・にんじん	砂糖	
豆腐しんじょ	大豆・いとよりだい・すけとうだら	かぼちゃ・にんじん・たまねぎ・えだまめ	やまいも・キャッサバでん粉・なたね油		

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となる食品 魚・肉・卵・豆・豆製品 牛乳・乳製品・小魚・海そう	おもに体の調子を整えるものとなる食品 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となる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	
23木	★ツイストパン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		★ツイストパン	615 24.2
	豆乳のカレースープ	豆乳・とり肉	たまねぎ・にんじん・グリーンピース	じゃがいも	
	フレンチサラダ		キャベツ・きゅうり・スイートコーン にんじん	フレンチドレッシング	
	ウインナー	ウインナー			
24金	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	651 23.8
	けんちん汁	豆腐・けずりぶし	だいこん・にんじん・根深ねぎ・ごぼう		
	骨太サラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング	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・ごま・砂糖 マヨネーズ風ドレッシング	
	青じそ入りあじフライ	大豆・あじ	青じそ	小麦粉・じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉 米ぬか油	
27月	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	643 28.3
	麦みそ汁	麦みそ・油揚げ・けずりぶし・豆腐	たまねぎ・だいこん・にんじん		
	じゃがいもとツナのうま煮	まぐろ(油漬)・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	
	★納豆巻き	納豆・★チーズ	パセリ	砂糖	
	手巻きのり	のり			
28火	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	621 25.7
	★かきたま汁	豆腐・★鶏卵・とり肉・かまぼこ・けずりぶし	えのきたけ・みつば	じゃがいもでん粉	
	アーモンドあえ		キャベツ・もやし・ほうれんそう・にんじん	アーモンド・砂糖	
	ししゃもフライ・◆ウスターソース	大豆・からふとししゃも		小麦粉・キャッサバでん粉・米ぬか油	
29水	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	642 25.6
	わかめスープ	豆腐・ショルダーベーコン・わかめ	たまねぎ・にんじん		
	ナムル		もやし・チンゲンサイ・きゅうり・にんじん	ごま・砂糖・ごま油	
	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	
	乾燥小魚	いわし		キャッサバでん粉・砂糖	
30木	★サンドイッチロール・★飲用牛乳	★飲用牛乳		★サンドイッチロール	652 25.4
	★ポタージュスープ	★牛乳・ショルダーベーコン・★脱脂粉乳 ★チーズ	たまねぎ・にんじん	じゃがいも・★ベシャメルソースの素 ★生クリーム・★バター	
	アスパラサラダ		キャベツ・アスパラガス・スイートコーン	コールスロドレッシング	
	スラッピージョー	ぶた肉	たまねぎ・にんじん・グリーンピース トマトピューレー	小麦粉・砂糖・米ぬか油	
31金	麦ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		麦ごはん	657 27.4
	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・しょうが さやいんげん	砂糖	
	たくあんあえ <b>豊田ブランドの日</b>		キャベツ・たくあん漬・きゅうり	ごま・砂糖	
	きびなごのから揚げ <b>WE LOVE とよた</b>	きびなご		じゃがいもでん粉・米ぬか油	
	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、豆腐、油揚げ、生揚げ
- ぶた肉「とよたひまわりポーク」
- にんじん ●だいこん ●キャベツ
- じゃがいも ●たまねぎ
- しいたけ
- 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



さわら



じゃがいも



わかめ



きびなご



たまねぎ



アスパラガス



かつお



みつば

## 5月5日はこどもの日

1日(水) 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。



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)  
たまねぎ、にんじん

- たくあんあえ・・・キャベツ
- 抹茶水ようかん・・・茶



### たべまるのおすすめ

今月は、21日(火)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。

※★は乳又は卵を含みます。  
※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、学級で配膳する時に使用します。