



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 14回
		1群 魚・肉・卵 豆・豆制品	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	
10月	麦ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		
	ハヤシライス	ふた肉		にんじん・トマト	たまねぎ	じゃがいも	ハヤシルー	
	コールスローサラダ			にんじん	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	
	ミックスフルーツ				パインアップル・黄桃			
11月	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・根深ねぎ	じゃがいも		
	和風サラダ	まぐろ（油漬）		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	
14月	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> 花見献立 </div>
	かしわ汁	とり肉・豆腐 けずりぶし		にんじん	だいこん・根深ねぎ			
	ちらしずし	ちくわ		にんじん	れんこん・たけのこ かんぴょう	砂糖・砂糖		
	かぼちゃひき肉フライ	大豆・ふた肉		かぼちゃ	たまねぎ	小麦粉・砂糖 とうもろこしでん粉 キャッサバでん粉	なたね油・ラード 米ぬか油	
	ヨーグルト		ヨーグルト					
15月	白玉うどん・飲用牛乳		飲用牛乳			白玉うどん		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> たべまろのおすすめ </div>
	肉うどん	ふた肉・けずりぶし		にんじん	だいこん・ごぼう 根深ねぎ			
	ひじきサラダ		ひじき	にんじん	キャベツ スイートコーン	砂糖	マヨネーズ風ドレッシング	
	あじフリッター	あじ	おきあみ・あおさ			小麦粉・米粉・砂糖 とうもろこしでん粉	大豆油・米ぬか油	
16月	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> 野菜入り しゅうまい <small>小1個 中・高・職2個</small> </div>
	家常豆腐（ジャーチャンドウフ）	生揚げ・ふた肉 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		
	中華サラダ			にんじん	キャベツ・もやし きゅうり		ごま油	
野菜入りしゅうまい	大豆・とり肉・ふた肉		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月	ツイストパン・飲用牛乳		飲用牛乳			ツイストパン		
	コーンチャウダー	とり肉	牛乳・チーズ	にんじん・パセリ	たまねぎ スイートコーン	じゃがいも	ベシャメルソースの素 生クリーム	
	フレンチサラダ			にんじん	キャベツ・きゅうり スイートコーン		フレンチドレッシング	
	ミンチカツ	大豆・ふた肉			たまねぎ	小麦粉・砂糖 とうもろこしでん粉 キャッサバでん粉	大豆油・なたね油 パーム油・米ぬか油	
18月	麦ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		
	カレーライス	ふた肉	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		コールスロードレッシング	
	フルーツゼリーミックス				パインアップル・黄桃	カクテルゼリー		
21月	赤飯・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん・もち米 あずき		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> 入学・進級 祝い献立 </div>
	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		
	ごぼうサラダ				キャベツ・ごぼう きゅうり スイートコーン	砂糖	マヨネーズ風ドレッシング	
	えびカツ	大豆・えび				小麦粉・砂糖 じゃがいもでん粉 キャッサバでん粉	なたね油・米ぬか油 とうもろこし油	
	いちごクレープ					いちごクレープ		
22月	米粉パン・飲用牛乳		飲用牛乳			米粉パン		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> ぎょうざ <small>小1個 中・高・職2個</small> </div>
	焼きそば	ふた肉・えび	あおのり	にんじん	キャベツ	中華めん	米ぬか油	
	ナムル			にんじん	もやし・きゅうり	砂糖	ごま・ごま油	
	ぎょうざ	大豆・とり肉・ふた肉		にら	キャベツ・たまねぎ	小麦粉 とうもろこしでん粉 キャッサバでん粉	ラード	
23月	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		
	麦みそ汁	豆腐・麦みそ けずりぶし		にんじん	たまねぎ・だいこん 根深ねぎ			
	ひじきの炒め煮	ふた肉・けずりぶし	ひじき	さやいんげん にんじん	たけのこ	じゃがいも・砂糖		
	さばの煮つけ	さば			しょうが	砂糖		
24月	スライスパン・飲用牛乳		飲用牛乳			スライスパン		
	ポークビーンズ	大豆・ふた肉 ベーコン		にんじん	たまねぎ	じゃがいも・砂糖		
	サワーキャベツ			にんじん	キャベツ・きゅうり スイートコーン レモン果汁	砂糖		
	オムレツ	鶏卵				キャッサバでん粉 砂糖	なたね油	
	メープルジャム					メープルジャム		

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 14回
		1群 魚・肉・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	
25金	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		
	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		
	キャベツの昆布あえ		こんぶ	にんじん	キャベツ・もやし	砂糖		
28月	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	
	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		
	ごまあえ			ほうれんそう にんじん	キャベツ・もやし	砂糖	ごま	
	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	
30水	プテゼリー（アセロラ）					プテゼリー（アセロラ）		
	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		
	けんちん汁	豆腐・けずりぶし		にんじん	だいこん・ごぼう 根深ねぎ			
	おひたし			ほうれんそう にんじん	キャベツ・もやし	砂糖		
	レバーと大豆のみそがらめ	大豆・とりレバー とり肉・豆みそ			しょうが	じゃがいもでん粉 とうもろこしでん粉 砂糖	米ぬか油・ごま	

4月の目標 「楽しく給食を食べよう」

豊田の農産物

- 米「大地の風」
・・・米粉パン
- 小麦「きぬあかり」
・・・スライスパン
ツイストパン
- 大豆「フクユタカ」
・・・水煮大豆、豆腐
生揚げ
- キャベツ



<今月の季節の食材>



キャベツ たけのこ

花見献立 14日(月)

・ちらしずし

入学・進級祝い献立 21日(月)

- ・赤飯
- ・えびカツ
- ・ごぼうサラダ
- ・花ふのすまし汁
- ・いちごクレープ

献立一覧表では、食品を体内での働きによって6つの基礎食品群に分けています。



※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。
普通の食事で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。

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。



今月の平均栄養量

	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	B ₁ mg	B ₂ mg	C mg	g
小学部	577	21.5	20.5	333	3.5	339	0.46	0.49	28	3.9
中学部	668	24.6	22.9	357	4.3	403	0.57	0.54	34	4.5
高等部	726	26.4	24.0	368	4.5	435	0.62	0.55	36	5.0

たべまるのおすすめ

今年度も「たべまる給食」として【豊田市の学校給食人気料理】のレシピを紹介していくまる！
4月は、15日(火)の【肉うどん】まる。
作り方や写真は、下の二次元コードを読み込むか、たべまるをタップして、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



給食だより



「給食だより」を4月3日(木)に配信します。
左のイラストをタップし、「令和7年4月号」を選択すると見ることができます。

※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。

※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。
※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。