



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 20回
		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木	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		
	かしわ汁	とり肉・けずりぶし		にんじん	だいこん・根深ねぎ			
	大豆とじゃがいものサラダ	大豆		にんじん	きゅうり	じゃがいも	和風ドレッシング	
	たらフライのレモンしょうゆかけ	大豆・すけとうだら			レモン果汁	小麦粉・砂糖 キャッサバでん粉	えごま油・米ぬか油	
2金	麦ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> こどもの日 献立 </div>
	若竹汁	豆腐・けずりぶし	わかめ		たけのこ・えのきたけ			
	とり肉とごぼうのサラダ	とり肉(蒸)		にんじん	キャベツ・ごぼう	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	
	ヨーグルト		ヨーグルト					
7水	麦ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		
	カレーライス	ぶた肉	チーズ・脱脂粉乳	にんじん	たまねぎ グリーンピース	じゃがいも	カレールウ(甘口)	
	シュリンプサラダ	えび		にんじん	キャベツ・きゅうり		コールスロードレッシング	
	フルーツポンチ				黄桃・みかん パイナップル			
8木	ツイストパン・飲用牛乳		飲用牛乳			ツイストパン		
	ポタージュスープ	ショルダーベーコン	牛乳・脱脂粉乳 チーズ	にんじん	たまねぎ	じゃがいも	ベシヤメルソースの素 生クリーム	
	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		
	とり肉のトマト煮込み	とり肉		ピーマン・トマト バジル	たまねぎ	砂糖 じゃがいもでん粉	オリーブ油	
9金	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		
	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 さやいんげん	たまねぎ	じゃがいも・砂糖		
	おひたし			ほうれんそう にんじん	キャベツ・もやし	砂糖		
	いわしの梅煮	いわし			梅干し	じゃがいもでん粉 砂糖		
12月	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	たまねぎ・しらたき しょうが	砂糖		
	おかかあえ	かつお節		ほうれんそう にんじん	キャベツ・もやし	砂糖		
	和風コロッケ	大豆		にんじん	れんこん	小麦粉・米粉 じゃがいも・砂糖 じゃがいもでん粉	大豆油・なたね油 米ぬか油	
13火	中華めん・飲用牛乳		飲用牛乳			中華めん		
	とんこつラーメン	ぶた肉		にんじん	たまねぎ・キャベツ もやし・根深ねぎ しょうが・にんにく	じゃがいもでん粉		
	中華あえ	まぐろ(油漬)		にんじん	キャベツ・きゅうり	砂糖	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・水あめ じゃがいもでん粉	大豆油・ごま油 米ぬか油	
	コーヒー牛乳の素					コーヒー牛乳の素		
14水	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		
	じゃがいものそぼろ煮	ぶた肉・けずりぶし		にんじん	たまねぎ	じゃがいも・砂糖		
	ごま酢あえ				キャベツ・もやし きゅうり・しょうが	砂糖	ごま	
	厚焼き卵	かつお・鶏卵 かつおだし				キャッサバでん粉 砂糖	なたね油・パーム油	
15木	スライスパン・飲用牛乳		飲用牛乳			スライスパン		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> ミートボール 小1個 中・高・職2個 </div>
	オニオンスープ	とり肉・ベーコン		にんじん・パセリ	たまねぎ	じゃがいも		
	ビーンズサラダ	大豆		にんじん	キャベツ・きゅうり		コールスロードレッシング	
	ミートボール	大豆・とり肉			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	なたね油・ラード	
	いちごジャム				いちごジャム			
16金	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		
	キムチ入りみそ汁	豆腐・豆みそ ぶた肉・けずりぶし		にんじん	キムチ・だいこん こんにやく・ごぼう 根深ねぎ			
	とり肉とみつばのサラダ	とり肉(蒸)		にんじん・みつば	キャベツ		ごまドレッシング	
	かつおのミンチカツ	かつお			しょうが・たまねぎ	小麦粉・砂糖 キャッサバでん粉	なたね油・米ぬか油 とうもろこし油	
19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;"> ヒレカツ 小1個 中・高・職2個 </div>
	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			
	骨太サラダ	まぐろ(油漬)	ひじき		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 ごま	
	ヒレカツ	ぶた肉				小麦粉・米粉 とうもろこしでん粉	米ぬか油	
20火	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;"> 豊田ブランド の日 </div>
	とよたのみそ汁	豆腐・ミックスみそ けずりぶし		にんじん・葉ねぎ	しいたけ	じゃがいも		
	アーモンドあえ			ほうれんそう	キャベツ・もやし	砂糖	アーモンド	
	とよたひまわりポークのしょうが炒め	ぶた肉		にんじん	たまねぎ・しょうが	砂糖	米ぬか油	
	抹茶水ようかん						抹茶水ようかん	

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 20回
		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	
21水	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		
	わかめスープ	豆腐 ショルダーベーコン	わかめ	にんじん	たまねぎ			
	野菜たっぷり糸こんにゃくチャプチェ	ぶた肉		にんじん・ピーマン	しらたき・ごぼう にんにく	砂糖	ごま・ごま油	
	とり肉の香味ソースかけ	とり肉			根深ねぎ・しょうが	とうもろこしでん粉 砂糖	米ぬか油・ごま油	
22木	米粉パン・飲用牛乳		飲用牛乳			米粉パン		ぎょうざ 小1個 中・高・職2個
	炒めビーフン	ぶた肉・はんぺん		にんじん	キャベツ	ビーフン・砂糖	米ぬか油	
	ミックスフルーツ				パイナップル 黄桃			
	ぎょうざ	大豆・とり肉 ぶた肉		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金	麦ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		
	ハヤシライス	ぶた肉		にんじん・トマト	たまねぎ グリーンピース	じゃがいも	ハヤシルウ	
	アスパラサラダ			アスパラガス	キャベツ スイートコーン		コールスロートレッシング	
	チーズオムレツ	鶏卵	チーズ			キャッサバでん粉 砂糖	なたね油・パーム油	
26月	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		あじフリッター 小1個 中・高・職2個
	かきたま汁	豆腐・鶏卵 とり肉・けずりぶし		にんじん・みつば	えのきたけ	じゃがいもでん粉		
	スパイシーひじき（カレー風味）	けずりぶし	ひじき	にんじん	れんこん・えだまめ	砂糖	米ぬか油	
	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	
	プチゼリー（アセロラ）					プチゼリー（アセロラ）		
27火	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		
	ミネストローネ	ショルダーベーコン		トマト・にんじん パセリ	たまねぎ・にんにく	じゃがいも マカロニ	オリーブ油	
	ツナサラダ	まぐろ（油漬）			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	
	とんカツドッグ	大豆・ぶた肉				小麦粉 とうもろこしでん粉 キャッサバでん粉	米ぬか油	
28水	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		たべまるの おすすめ 
	みそ汁	豆腐・豆みそ けずりぶし	わかめ	にんじん	だいこん・根深ねぎ			
	ゆかりあえ			にんじん・しそ（粉）	キャベツ・もやし きゅうり	砂糖		
	レバーとじゃがいもの甘辛煮	とりレバー・とり肉				じゃがいも・砂糖 じゃがいもでん粉 とうもろこしでん粉	米ぬか油	
29木	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		
	ふだま汁	けずりぶし		にんじん・みつば	だいこん・しめじ	豆玉ふ		
	和風サラダ	とり肉（蒸）		にんじん	キャベツ・きゅうり	砂糖	和風ドレッシング ごま	
	さばの煮つけ	さば			しょうが	砂糖		
30金	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		ショウロンボウ 小1個 中・高・職2個
	豆腐の中華煮	豆腐・ぶた肉・えび		にんじん	はくさい・たまねぎ	砂糖 じゃがいもでん粉	ごま油	
	拌三絲（パンサンスー）			にんじん	キャベツ・きゅうり	はるさめ・砂糖	ごま油	
	ショウロンボウ	とり肉・ぶた肉			しょうが・たまねぎ	小麦粉・砂糖 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」・・・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」
・・・水煮大豆、豆腐、生揚げ
- ぶた肉「とよたひまわりポーク」
- キャベツ ●葉ねぎ ●しいたけ
- はくさい・・・キムチ
- 抹茶・・・抹茶水ようかん



〈今月の季節の食材〉



5月5日はこどもの日

2日（金）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。



20日（火）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のしょうが炒め
・・・ぶた肉（とよたひまわりポーク）
- アーモンドあえ・・・キャベツ
- とよたのみそ汁・・・豆腐、しいたけ、葉ねぎ
- 抹茶水ようかん・・・抹茶



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	g
小学部	557	22.0	19.5	317	2.2	292	0.49	0.49	26	3.0	2.0
中学部	651	25.3	22.0	334	2.8	343	0.60	0.53	31	3.7	2.4
高等部	708	27.2	23.1	343	2.9	369	0.66	0.55	34	4.1	2.7

たべまるのおすすめ

今月は、28日（水）の【レバーとじゃがいもの甘辛煮】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



※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。

▲豊田市クックパッド公式キッチンはこちらから

●安全・安心・おいしい給食をお届けします●