



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 22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月	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		
	豚汁	豆腐・ぶた肉 豆みそ・けずりぶし		にんじん	だいこん・ごぼう			
	梅おかかあえ	かつお節			キャベツ・もやし きゅうり	梅かつおドレッシング		
	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	
2火	麦ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		
	親子丼	鶏卵・とり肉 けずりぶし		にんじん・みつば	たまねぎ	砂糖		
	青菜あえ			にんじん・菜めし粉	キャベツ・もやし			
	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	
3水	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		
	肉だんごと野菜のスープ	肉だんご		にんじん	はくさい・根深ねぎ しょうが	じゃがいもでん粉		
	はるさめサラダ				キャベツ・きゅうり スイートコーン	はるさめ	マヨネーズ風ドレッシング	
	えびのチリソース煮	えび		にんじん	たまねぎ・にんにく グリーンピース しょうが	じゃがいもでん粉 砂糖	ごま油	
4木	米粉パン・飲用牛乳		飲用牛乳			米粉パン		ショウロンボウ 小1個 中・高・職2個
	焼きそば	ぶた肉	あおのり	にんじん・ピーマン	キャベツ	中華めん	米ぬか油	
	ミックスフルーツ				黄桃・りんご パインアップル			
	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金	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・はくさい 根深ねぎ	じゃがいも		
	いりどり	とり肉・けずりぶし		にんじん	れんこん・ごぼう こんにゃく	砂糖	ごま油・米ぬか油	
	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		
8月	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・ごぼう 根深ねぎ			
	磯香あえ		のり	にんじん	キャベツ・もやし	砂糖		
	まぐろと大豆のみそがらめ	まぐろ・大豆 豆みそ			しょうが	砂糖 じゃがいもでん粉	米ぬか油・ごま	
	野菜ゼリー			野菜ゼリー				
9火	麦ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		
	ワンタンスープ	うずら卵 ショルダーベーコン			たまねぎ・たけのこ	ワンタン皮		
	ナムル	とり肉(蒸)		チンゲンサイ にんじん	もやし・きゅうり	砂糖	ごま・ごま油	
	キムチチャーハン	ぶた肉		にんじん	たくあん漬・キムチ 根深ねぎ		ごま油	
10水	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	だいこん・根深ねぎ えのきたけ	じゃがいも		
	たくあんあえ				キャベツ・きゅうり たくあん漬	砂糖	ごま	
	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	
11木	ツイストパン・飲用牛乳		飲用牛乳			ツイストパン		
	ポークビーンズ	大豆・ぶた肉 ベーコン		にんじん	たまねぎ グリーンピース	じゃがいも・砂糖		
	コールスローサラダ				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	
	ウインナー	ウインナー						
	コーヒー牛乳の素					コーヒー牛乳の素		
12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		
	甘酢あえ			にんじん	キャベツ・きゅうり 切干しだいこん	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	
15月	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			
	かんぴょうサラダ			にんじん	キャベツ・きゅうり かんぴょう	砂糖	和風ドレッシング	
	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	
16火	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		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> たべまるの おすすめ </div>
	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 ズッキーニ・セロリ	じゃがいも マカロニ	オリーブ油	
	コーンサラダ				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	
	えびカツバーガー	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	
	ヨーグルト		ヨーグルト					

歯と口の健康週間

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 22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	
17水	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		大学いも 小1個 中・高・職2個
	八宝菜	ぶた肉・うずら卵 えび		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ・はくさい もやし	じゃがいもでん粉		
	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	
	大学いも					さつまいも・砂糖	米ぬか油	
18木	クロロール・飲用牛乳		飲用牛乳			クロロール		
	キャロットポタージュ	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	
	アーモンドサラダ			にんじん	キャベツ・きゅうり		コールスロードレッシング アーモンド	
	ハンバーグのカレーソースかけ	大豆・とり肉 ぶた肉			たまねぎ	とうもろこしでん粉 キャッサバでん粉	なたね油・パーム油 ひまわり油 とうもろこし油	
19金	麦ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		愛知を食べる 学校給食の日献立 
	とよたひまわりポーク丼	ぶた肉		にんじん	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	
	コロケ				たまねぎ	小麦粉・米粉 じゃがいも・砂糖	大豆油・米ぬか油	
22月	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		えびしゅうまい 小1個 中・高・職2個
	ウインナーの酢豚風	ウインナー		にんじん・ピーマン	たまねぎ・たけのこ	砂糖 じゃがいもでん粉		
	中華あえ	とり肉 (蒸)		にんじん	キャベツ・きゅうり	はるさめ・砂糖	ごま・ごま油	
	えびしゅうまい	えび・すけとうだら			たまねぎ	小麦粉・砂糖 じゃがいもでん粉	パーム油	
23火	豊田めん・飲用牛乳		飲用牛乳			豊田めん		あじフリッター 小1個 中・高・職2個
	野菜あんかけめん	ぶた肉・けずりぶし		にんじん	たまねぎ・はくさい もやし・根深ねぎ しょうが	じゃがいもでん粉	ごま油	
	ごぼうサラダ			にんじん	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	
	あじフリッター	あじ	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	
24水	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		
	ぶた肉と野菜のうま煮	ぶた肉・けずりぶし		にんじん	たまねぎ・たけのこ	じゃがいも・砂糖		
	えだまめサラダ				キャベツ・えだまめ きゅうり スイートコーン		和風ドレッシング	
	厚焼き卵	鶏卵				キャッサバでん粉 砂糖	なたね油	
25木	スライスパン・飲用牛乳		飲用牛乳			スライスパン		
	パスタスープ	ベーコン		にんじん・パセリ	キャベツ・たまねぎ	じゃがいも マカロニ		
	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		
	タンドリーチキン	とり肉			しょうが			
	メープルジャム						メープルジャム	
26金	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		
	すまし汁	豆腐・けずりぶし		にんじん・みつば	えのきたけ			
	切干しだいこんのソース炒め	ぶた肉・ちくわ かつお節	あおのり		キャベツ・もやし 切干しだいこん		米ぬか油	
	さばの煮つけ	さば			しょうが	砂糖		
29月	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		
	生揚げのみそ炒め	生揚げ・ぶた肉 豆みそ		にんじん	たまねぎ・しょうが	砂糖 じゃがいもでん粉		
	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		
	たらフライ	大豆・すけとうだら				小麦粉 とうもろこしでん粉 キャッサバでん粉	米ぬか油	
30火	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)	
	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	
	レモンゼリーミックス				パインアップル 黄桃	カクテルゼリー (レモン)		

6月の目標「よくかんで食べよう」

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、豊田めん
- 大豆「フクユタカ」・・・水煮大豆、豆腐、生揚げ
- にんじん
- じゃがいも
- はくさい・・・キムチ
- ぶた肉「とよたひまわりポーク」



今月の平均栄養量

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	ビタミン				食物繊維 g	食塩相当量 g
						A μgRAE	B ₁ mg	B ₂ mg	C mg		
小学部	571	23.1	20.1	327	2.3	298	0.49	0.50	26	3.6	2.0
中学部	663	26.1	22.5	344	2.8	350	0.59	0.54	33	4.3	2.4
高等部	723	28.0	23.7	353	3.0	377	0.65	0.55	35	4.7	2.6



【かみかみ献立】

給食では、かみごたえのある食品や、歯を丈夫にする食品を取り入れています。

19日(金) 愛知を食べる学校給食の日

豊田市や愛知県でとれた地場産物を使用した給食です。

とよたひまわりポーク丼・牛乳・コロケ・ごまあえ



<今月の季節の食材>



たべまるのおすすめ

今月は、16日(火)の【ミネストローネ】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



※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。
※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。

●安全・安心・おいしい給食をお届けします●