



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・海藻	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	
5金	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	692 21.8
	カレーライス	ぶた肉・チーズ・脱脂粉乳	たまねぎ・にんじん	じゃがいも・カレールウ（甘口・辛口）	
	たこナゲット	大豆・いか・たこ・たちうお		小麦粉・とうもろこしでん粉・砂糖・ラード キャッサバでん粉・なたね油・米ぬか油	
	コーンサラダ		キャベツ・チンゲンサイ・スイートコーン	コーンクリームドレッシング	
8月	ツイストパン・飲用牛乳	飲用牛乳		ツイストパン	680 25.3
	ぎょうざ	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・米でん粉・ キャッサバでん粉・ラード	
	ナムル		もやし・にんじん・ほうれんそう	ごま油・ごま	
	炒めビーフン	ぶた肉	キャベツ・にんじん・たまねぎ・さやいんげん	ビーフン・砂糖・米ぬか油	
9火	赤飯・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん・もち米・あずき	693 25.7
	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	
	れんこんサラダ		キャベツ・れんこん・えだまめ スイートコーン	ごまドレッシング・ごま	
	花ふのすまし汁	豆腐・かまぼこ・けずりぶし	にんじん・はくさい・しめじ	花ふ	
	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）		
10水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	666 26.4
	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	
	ごま酢あえ	とり肉	キャベツ・もやし・きゅうり・しょうが	砂糖・ごま	
	肉じゃが	ぶた肉	たまねぎ・にんじん・しらたき・さやいんげん	じゃがいも・砂糖	
11木	ちらしずし・飲用牛乳	飲用牛乳・油揚げ	にんじん・れんこん・たけのこ・かんぴょう	ごはん・砂糖	667 22.1
	ちくわの磯辺揚げ	ちくわ・あおのり		小麦粉・米ぬか油	
	だいこんのみそ汁	ぶた肉・ミックスみそ・けずりぶし	だいこん・にんじん・えのきたけ・葉ねぎ		
	花見だんご			花見だんご	
12金	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	679 27.9
	ハヤシライス	ぶた肉・脱脂粉乳	たまねぎ・にんじん・マッシュルーム トマトピューレ	じゃがいも・ハヤシルウ	
	オムレツ	鶏卵		キャッサバでん粉・砂糖・大豆油・なたね油	
	チキンサラダ	とり肉	キャベツ・チンゲンサイ・にんじん	コールスロウドレッシング	
15月	米粉パン・飲用牛乳	飲用牛乳		米粉パン	638 33.3
	グリルチキン	とり肉		オリーブ油	
	イタリアンサラダ		キャベツ・きゅうり・にんじん	イタリアンドレッシング	
	ほたてのクラムチャウダー	ほたてがいがい・牛乳・シオルダーベーコン 脱脂粉乳	たまねぎ・にんじん・パセリ	じゃがいも・ベシャメルソースの素 生クリーム・バター	
16火	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	649 25.9
	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	
	ゆかりあえ		キャベツ・きゅうり・しそ（粉）		
	豚丼	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	
17水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	641 24.8
	パオズ	大豆・ぶた肉・ぶたレバー	キャベツ・根深ねぎ・しょうが	小麦粉・砂糖・ラード・とうもろこしでん粉	
	華風あえ		キャベツ・チンゲンサイ・きゅうり	ごま油・砂糖	
	肉だんごの酢豚風	肉だんご	たまねぎ・にんじん・たけのこ・ピーマン しいたけ	砂糖・じゃがいもでん粉	
18木	白玉うどん・飲用牛乳	飲用牛乳		白玉うどん	645 25.0
	ミンチカツ	大豆・ぶた肉	たまねぎ	小麦粉・とうもろこしでん粉・砂糖 じゃがいもでん粉・なたね油・米ぬか油	
	健康サラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング	まぐろ（油漬）・ひじき	キャベツ・きゅうり・スイートコーン	ごま・マヨネーズ風ドレッシング	
	野菜たっぷりあんかけうどん	ぶた肉・かまぼこ・けずりぶし	だいこん・たまねぎ・にんじん・葉ねぎ しいたけ	じゃがいもでん粉	
19金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	679 25.9
	とり肉の唐揚げ	とり肉	しょうが	小麦粉・じゃがいもでん粉・米ぬか油	
	和風サラダ		キャベツ・もやし・きゅうり・にんじん	和風ドレッシング	
	豆乳のバランスみそ汁	豆腐・豆乳・米みそ・油揚げ・けずりぶし	だいこん・はくさい・にんじん・葉ねぎ		
22月	代 休				
23火	たけのこごはん・飲用牛乳	飲用牛乳・とり肉	にんじん・たけのこ・しめじ	麦ごはん・砂糖	643 24.9
	ししゃもフライ・◆中濃ソース	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	
	呉汁	大豆・米みそ・豆乳・けずりぶし	だいこん・にんじん・こんにやく・ごぼう 葉ねぎ		
24水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	654 29.3
	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	
	棒々鶏（バンバンジー）	とり肉	キャベツ・きゅうり	バンバンジードレッシング	
	豆腐の中華煮	豆腐・ぶた肉	たまねぎ・はくさい・にんじん・チンゲンサイ	じゃがいもでん粉・砂糖・ごま油	
25木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	704 28.1
	レバーと大豆のみそがらめ	とり肉・大豆・とりレバー・豆みそ	しょうが	とうもろこしでん粉・じゃがいもでん粉 米ぬか油・砂糖・ごま	
	糸昆布サラダ	まぐろ（油漬）・こんぶ	キャベツ・にんじん・スイートコーン	オリーブ油・砂糖	
	具だくさん汁	豆腐・かまぼこ・けずりぶし	たまねぎ・にんじん・だいこん・えのきたけ 葉ねぎ		

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とになる食品 魚・肉・卵・豆・豆製品 牛乳・乳製品・小魚・海藻	おもに体の調子を整えるもとになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	
26金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	618 25.3
	きんぴらごぼう	まぐろ(油漬)	ごぼう・にんじん	砂糖・ごま油・ごま	
	かきたま汁	とり肉・鶏卵・けずりぶし	たまねぎ・にんじん・葉ねぎ・しいたけ	じゃがいもでん粉	
	オレンジ(生)		オレンジ(生)		
	ふりかけ(野菜と雑穀)			ふりかけ(野菜と雑穀)	
30火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	657 25.3
	ごまつくね	大豆・とり肉・とりレバー	たまねぎ	小麦粉・じゃがいもでん粉・砂糖・大豆油 ラード・ごま	
	生揚げのオイスターソース炒め	生揚げ・ぶた肉	たまねぎ・にら・しょうが	ごま油・ごま・じゃがいもでん粉・砂糖	
	はるさめスープ	ショルダーベーコン	はくさい・にんじん・チンゲンサイ・しいたけ スイートコーン	はるさめ	

## 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」  
…ごはん、麦ごはん  
赤飯、米粉パン
- 小麦「きぬあかり」  
…ツイストパン
- 大豆「フクユタカ」  
…水煮大豆、豆腐  
油揚げ、生揚げ  
豆みそ



※献立表内では太字になっています。

献立一覧表では、食品を体内での働きによって3つのグループに分けています。

### おもに体をつくる もとになる食品

たんぱく質・無機質(カルシウム)  
を多く含む食品



魚・肉・卵  
豆・豆製品  
牛乳・乳製品  
小魚・海藻

### おもに体の調子を整える もとになる食品

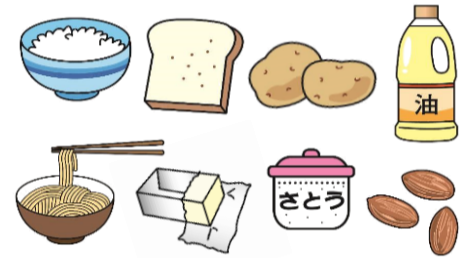
ビタミンや無機質  
を多く含む食品



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 もとになる食品

炭水化物・脂質を  
多く含む食品



米・パン・めん  
いも・砂糖・菓子  
油脂類・種実類

普段の食事でも、3つのグループの食品を  
バランスよく組み合わせさせて食べましょう。

### 入学・進級祝い献立 9日(火)

- ・赤飯
- ・いか香味揚げ
- ・れんこんサラダ
- ・花ふのすまし汁
- ・いちごゼリー  
(豆乳クリーム添え)



### 花見献立 11日(木)

- ・ちらしずし
- ・花見だんご



※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。  
普段の食事でも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。

### <今月の季節の食材>



キャベツ



たけのこ



### たべまるのおすすめ

今年度も【豊田市の学校給食人気料理】を、たべまる給食として  
レシピを紹介していくまる！4月は10日(水)の【ごま酢あえ】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。



▲豊田市クックパッド公式キッチンはこちらから

たべまる給食 検索



※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。

※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。