



日 曜日	献立名	赤 体を作る		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
		肉・魚・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	米・パン・めん いも・砂糖	油脂・種実	
8 月	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		652 27.2
	しゅうまい	ぶた肉 とり肉 大豆 すけとうだら			たまねぎ	じゃがいもでん粉 砂糖 小麦粉	ラード ごま油	
	華風あえ			にんじん	キャベツ きゅうり	砂糖	ごま ごま油	
	麻婆豆腐	豆腐 とり肉 豆みそ		にんじん	たまねぎ 根深ねぎ しょうが	じゃがいもでん粉 砂糖	ごま油	
9 火	赤飯 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん もち米 あずき		635 22.2
	いか香味揚げ	いか すけとうだら 大豆	あおさ		たまねぎ	じゃがいもでん粉 小麦粉 とうもろこしでん粉	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	
	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		
	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	ツイストパン 飲用牛乳		飲用牛乳			ツイストパン		669 26.3
	ハンバーグ	牛肉 ぶた肉 とり肉			たまねぎ	小麦粉 砂糖 じゃがいもでん粉		
	ビーンズマセドアン	大豆		にんじん	きゅうり	じゃがいも	マヨネーズ風ドレッシング	
	オニオンスープ	ベーコン		にんじん パセリ	たまねぎ			
11 木	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		640 25.3
	れんこんサンドフライ	とり肉 大豆			れんこん たまねぎ しいたけ	小麦粉 じゃがいもでん粉	米ぬか油	
	大豆の磯煮	大豆 ちくわ	ひじき	にんじん さやいんげん		じゃがいも 砂糖		
	キムチ入りみそ汁	ぶた肉 ミックスみそ		にんじん	ごぼう だいこん キムチ 根深ねぎ こんにゃく			
12 金	ハヤシライス 飲用牛乳	ぶた肉	飲用牛乳 脱脂粉乳	にんじん トマトピューレー	たまねぎ	麦ごはん じゃがいも	ハヤシルウ	690 24.3
	オムレツ	鶏卵				キャッサバでん粉 砂糖	なたね油 大豆油	
	かんきつサラダ			にんじん	キャベツ きゅうり みかん		かんきつドレッシング	
16 火	びびんバ丼 飲用牛乳	ぶた肉	飲用牛乳	にんじん ほうれんそう	切干しいたけ ちやし	麦ごはん 砂糖	ごま油	638 22.2
	愛知の野菜入り揚げぎょうざ	ぶた肉		にんじん	たまねぎ れんこん	砂糖 小麦粉 じゃがいもでん粉	なたね油 米ぬか油	
	春雨スープ	鶏卵		にんじん チンゲンサイ	しいたけ たけのこ	はるさめ じゃがいもでん粉	ごま油	
17 水	米粉パン 飲用牛乳		飲用牛乳			米粉パン		637 26.4
	アスパラガスのキッシュ	ベーコン 鶏卵	牛乳	アスパラガス	たまねぎ			
	コーンサラダ				きゅうり キャベツ スイートコーン		コーンクリームドレッシング	
	ポークビーンズ	ぶた肉 大豆		にんじん	たまねぎ グリンピース	じゃがいも 砂糖		
18 木	白玉うどん 飲用牛乳		飲用牛乳			白玉うどん		614 23.2
	すき焼き風うどん	ぶた肉			はくさい えのきたけ 根深ねぎ	砂糖		
	ちくわの磯辺揚げ	ちくわ	あおりの			小麦粉 砂糖 とうもろこしでん粉 じゃがいもでん粉	なたね油 大豆油 米ぬか油	
	ささみのごまマヨあえ	とり肉			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	
19 金	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		693 30.9
	いわしのみそ煮	いわし 豆みそ			根深ねぎ	砂糖		
	磯香あえ		のり	こまつな にんじん	キャベツ きゅうり	砂糖	ごま	
	親子煮	とり肉 鶏卵		にんじん	たまねぎ こんにゃく	じゃがいも 砂糖		
22 月	ちらしずし 飲用牛乳	ちくわ 油揚げ 鶏卵	飲用牛乳	にんじん	たけのこ えだまめ しいたけ	ごはん 砂糖		658 25
	ししやもフライ	からぶとししやも				小麦粉 とうもろこしでん粉	米ぬか油	
	えびしんじょのすまし汁	えびしんじょ 豆腐 けずりぶし		みつば	えのきたけ			
	花見だんご					花見だんご		
23 火	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		635 24.9
	厚焼き卵	鶏卵				砂糖 キャッサバでん粉	なたね油 大豆油	
	ごま酢あえ	とり肉			ちやし キャベツ きゅうり しょうが	砂糖	ごま	
	肉じゃが	ぶた肉		にんじん さやいんげん	たまねぎ しらたき	じゃがいも 砂糖		

入学・進級
祝い献立



花見献立



たべまるのおすすめ



日曜日	献立名	赤 体を作る		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
		肉・魚・卵・大豆・大豆製品	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	米・パン・めん いも・砂糖	油脂・種実	
24	水							656 30.2
	スライスパン 飲用牛乳		飲用牛乳			スライスパン		
	スラッピージョー	ぶた肉 大豆		にんじん トマト	たまねぎ	小麦粉 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		コールスロートレッシング	
	シーフードチャウダー	ほたて えび	牛乳 脱脂粉乳 チーズ	にんじん	たまねぎ えだまめ		生クリーム 米粉のホワイトルウ	
25	木							702 27.4
	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		
	とり肉のから揚げ	とり肉			にんにく しょうが	じゃがいもでん粉	米ぬか油	
	和風サラダ			にんじん	キャベツ もやし きゅうり		ごまドレッシング	
	豆乳入りみそ汁	豆腐 油揚げ 豆乳 けずりぶし 米みそ		にんじん	はくさい だいこん 根深ねぎ			
26	金							627 24.2
	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		
	パオズ	ぶた肉 とり肉	ひじき		キャベツ たまねぎ しょうが	小麦粉 砂糖 じゃがいもでん粉	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	
	坦々スープ	とり肉 ぶた肉 豆腐 豆みそ 豆乳		チンゲンサイ	たけのこ もやし		ごま	
30	火							649 25.7
	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		
	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	米ぬか油	
	アスパラガスのごまあえ			アスパラガス にんじん	キャベツ	砂糖	ごま	
	具だくさんみそ汁	豆腐 油揚げ けずりぶし ミックスみそ		こまつな にんじん	たまねぎ しめじ			

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」
…スライスパン
ツイストパン
- 大豆「フクユタカ」
…水煮大豆



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 もとなる食品

たんぱく質・無機質(加ゆめ)
を多くふくむ食品



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 もとなる食品

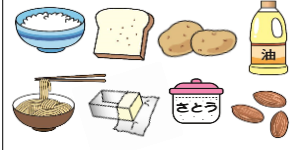
ビタミンや無機質
を多くふくむ食品



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 もとなる食品

炭水化物・脂質を
多くふくむ食品



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
- ・いかの香味揚げ
- ・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 22日(月)

- ・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



アスパラガス



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きまる！ 4月は23日(火)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。



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。