

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		813 33.2
	しゅうまい	ぶた肉 とり肉 大豆 すけとうたら			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		825 31.3
	さわらのから揚げ	さわら			しょうが にんにく	じゃがいもでん粉	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		847 31.8
	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		805 30.6
	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	850 29.1
	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	びんば丼 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 ちりめん	麦ごはん 砂糖	ごま油	793 26.4
	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		799 32.8
	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		778 28.3
	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		827 35.5
	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		841 32.2
	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		781 29.9
	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			もやし 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		

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 肉・魚・卵・大豆・大豆製品	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 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂・種実	
24 水	スライスパン 飲用牛乳		飲用牛乳			スライスパン		819 36.9
	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		コールスロードレッシング	
	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	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		855 32
	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	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		825 30.5
	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	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		821 32
	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			

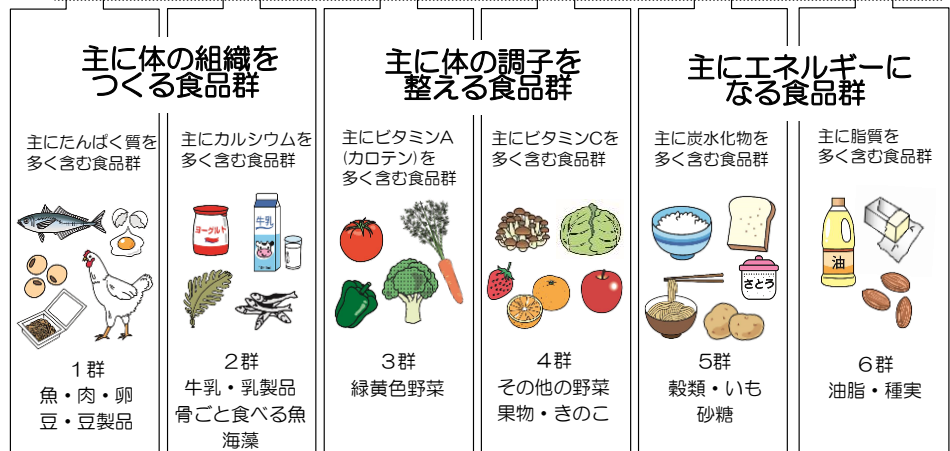
4月の目標「楽しく給食を食べよう」

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6つの基礎食品群に分けています。



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。

※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。

入学・進級祝い献立 9日(火)

- ・赤飯
- ・さわらのから揚げ
- ・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



<今月の季節の食材>



キャベツ



たけのこ



さわら



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くまる！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。