



日曜日	献立名	赤のグループ おもに体を丈夫にする食品 魚・肉・卵・豆・豆製品 牛乳・乳製品・小魚・海藻		緑のグループ おもに体の調子を整えるものになる食品 色のこい野菜・その他の野菜 きのこ・果物		黄のグループ 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		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
1月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳			ごはん			477 22.6
	豚汁	豆腐・ぶた肉・豆みそ・油揚げ・けずりぶし	だいこん・にんじん・根深ねぎ・ごぼう					
	おかかあえ	かつお節	キャベツ・もやし・ほうれんそう・にんじん		砂糖			
2火	えびカツ	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・米ぬか油 じゃがいもでん粉・砂糖・なたね油			477 19.8
	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			
	コーンチャウダー	牛乳・ショルダーベーコン・チーズ	たまねぎ・スイートコーン 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			
	キャロットサラダ		にんじん・キャベツ・きゅうり		フレンチドレッシング			
3水	照り焼きチキンバーガー	とり肉			砂糖			560 18.6
	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	たまねぎ・にんじん・トマトピューレー		じゃがいも・ハヤシルウ			
	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		ごまドレッシング			
4木	パイナップル		パイナップル					461 20.1
	クロロール・飲用牛乳	飲用牛乳			クロロール			
	パスタスープ	とり肉・ショルダーベーコン	たまねぎ・にんじん・パセリ		マカロニ			
	ジャーマンポテト	ウインナー	たまねぎ・スイートコーン・パセリ		じゃがいも・オリーブ油			
5金	たらナゲット	すけとうだら			小麦粉・とうもろこしでん粉・米粉 じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉・ラード なたね油・米ぬか油			548 19.3
	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳			麦ごはん			
	豚丼	ぶた肉	たまねぎ・しらたき・にんじん・さいいんげん しょうが		砂糖			
	おひたし		キャベツ・もやし・にんじん・ほうれんそう		砂糖			
8月	コロッケ		たまねぎ		小麦粉・米粉・じゃがいも・砂糖・大豆油 米ぬか油			519 23.0
	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳			ごはん			
	高野豆腐のうま煮	ぶた肉・凍り豆腐・けずりぶし	たまねぎ・にんじん		じゃがいも・砂糖・じゃがいもでん粉			
	ゆかりあえ		キャベツ・もやし・きゅうり・しそ(粉)					
9火	さばの煮つけ	さば	しょうが		砂糖			544 20.9
	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・油揚げ・けずりぶし	だいこん・はくさい・にんじん・根深ねぎ					
	和風サラダ ◇和風ドレッシング		キャベツ・もやし・きゅうり・にんじん		和風ドレッシング			
10水	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			520 21.4
	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	たまねぎ・にんじん・グリーンピース		じゃがいも・砂糖			
	コーンコールスローサラダ		キャベツ・スイートコーン・きゅうり		コールスロドレッシング			
11木	ハンバーグ	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 ラード			514 22.3
	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳			ごはん			
	肉じゃが	ぶた肉	たまねぎ・しらたき・にんじん		じゃがいも・砂糖			
	ごま酢あえ	とり肉(蒸)	キャベツ・もやし・きゅうり・しょうが		砂糖・ごま			
12金	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			538 23.5
	米粉パン・飲用牛乳	飲用牛乳			米粉パン			
	焼きそば	ぶた肉・ちくわ・いか・あおのり	キャベツ・にんじん		中華めん・米ぬか油			
	ナムル		もやし・チンゲンサイ・きゅうり・にんじん		ごま・砂糖・ごま油			
15月	ぎょうざ	とり肉・ぶた肉	にら・キャベツ・たまねぎ		小麦粉・コーンスターチ・米でん粉 キャッサバでん粉・ラード			499 23.5
	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳			ごはん			
	じゃがいものみそ汁	豆腐・豆みそ・油揚げ・けずりぶし・わかめ	たまねぎ・根深ねぎ		じゃがいも			
	大豆の甘辛炒め	ぶた肉・大豆	たまねぎ・にんじん・えだまめ・しょうが にんにく		砂糖・じゃがいもでん粉・ごま油			
16火	はんぺん	きんとときだい・たら・いとよりだい・たちうお かつおぶし	キャベツ		じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉 砂糖・米ぬか油			496 21.5
	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	だいこん・にんじん・根深ねぎ					
	ちらしずし	ちくわ・油揚げ	にんじん・れんこん・たけのこ・かんぴょう		砂糖			
17水	いわしの梅煮	いわし	梅干し		じゃがいもでん粉・砂糖			521 20.9
	スライスパン・飲用牛乳	飲用牛乳			スライスパン			
	春キャベツのポタージュ	牛乳・ショルダーベーコン・脱脂粉乳・チーズ	たまねぎ・キャベツ・にんじん スイートコーン		ベシャメルソースの素・生クリーム・バター			
	ビーンズマセドアン	大豆	にんじん・きゅうり		じゃがいも・フレンチドレッシング			
18木	たらフライ ◆ウスターソース	すけとうだら			小麦粉・コーンスターチ・米ぬか油			471 21.3
	いちごジャム		いちごジャム					
	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳			ごはん			
	豆腐の中華煮	豆腐・ぶた肉・えび	はくさい・たまねぎ・にんじん		じゃがいもでん粉・砂糖・ごま油			
19金	搾三絲(パンサンズー)		キャベツ・きゅうり・にんじん		はるさめ・砂糖・ごま油			609 21.7
	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			
	乾燥小魚	いわし			キャッサバでん粉・砂糖			
	うどん汁	ぶた肉・油揚げ・かまぼこ・けずりぶし	だいこん・にんじん・ごぼう・根深ねぎ		うどん			
19金	ひじきとマカロニのサラダ ◇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		マカロニ・ごま・砂糖 マヨネーズ風ドレッシング			609 21.7
	さくらえびのかき揚げ	さくらえび	たまねぎ・みつば		小麦粉・米ぬか油			
	コーヒー牛乳の素				コーヒー牛乳の素			

日 曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるものになる食品 魚・肉・卵・豆・豆製品 牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑のグループ おもに体の調子を整えるものになる食品 色のこい野菜・その他の野菜 きのこ・果物	黄のグループ 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・糧食類	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
22月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	512 21.3
	かきたま汁	豆腐・鶏卵・かまぼこ・けずりぶし	えのきたけ・みつば	じゃがいもでん粉	
	ひじきの炒め煮	大豆・ひじき	にんじん	じゃがいも・砂糖・米ぬか油	
	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 じゃがいもでん粉・砂糖・なたね油・米ぬか油	
23火	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	582 19.3
	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・カレールー(甘口・辛口) 米ぬか油	
	チキンサラダ	とり肉(蒸)	キャベツ・きゅうり・にんじん	フレンチドレッシング	
	ミックスフルーツ		パイナップル・黄桃・みかん		
24水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	504 21.0
	とり肉と野菜のうま煮	とり肉・はんぺん・けずりぶし	たまねぎ・にんじん・グリーンピース	じゃがいも・砂糖	
	キャベツの昆布あえ	こんぶ	キャベツ・もやし・きゅうり	砂糖	
	豆腐しんじょ	大豆・いとよくだい・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	
25木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	519 16.8
	中華炒め	ぶた肉	たまねぎ・はくさい・にんじん・チンゲンサイ たけのこ・しょうが	じゃがいもでん粉	
	中華風酢の物	とり肉(蒸)	キャベツ・きゅうり・にんじん	砂糖・はるさめ・ごま油・ごま	
	春巻き	ぶた肉	にんじん・キャベツ・たまねぎ	小麦粉・米粉・はるさめ・大豆油 ショートニング・ラード・米ぬか油	
26金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	501 17.9
	花ふのすまし汁	豆腐・かまぼこ・けずりぶし	にんじん・しめじ・みつば	花ふ	
	れんこんサラダ		キャベツ・れんこん・きゅうり スイートコーン	ごまドレッシング・ごま・砂糖	
	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	
30火	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)		507 20.9
	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	
	あおさ汁	豆腐・ミックスみそ・油揚げ・けずりぶし あおさ	にんじん・根深ねぎ		
	いり大豆あえ	大豆	キャベツ・もやし・ほうれんそう・にんじん	砂糖	
	レバーとじゃがいもの甘辛煮	とり肉・とりレバー		コーンスターチ・米ぬか油・砂糖 じゃがいも・じゃがいもでん粉	

4月の目標「楽しく給食を食べよう」

献立一覧表では、食品を体内での動きによって3つのグループに分けています。

豊田の農産物

- 米「大地の風」
…ごはん、麦ごはん
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、豆腐
油揚げ
- キャベツ
- たまねぎ

おもに体をつくるものになる食品

たんぱく質・無機質(カルシウム)を多く含む食品

おもに体の調子を整えるものになる食品

ビタミンや無機質を多く含む食品

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

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。

<今月の季節の食材>

キャベツ たけのこ さくらえび

※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。



入園・進級祝い献立

26日(金)

- ・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

16日(火)

- ・ちらしずし

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、11日(木)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。
 ※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、配膳する時に使用します。