



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		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		1群 肉・魚・卵 豆・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 穀類・いも・砂糖	6群 油脂・種実	
1水	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		783 30.7
	チキンカツ・◆中濃ソース	とり肉				小麦粉・米粉	米ぬか油	
	糸こんにぶの炒め煮	まぐろ(油漬)	こんにぶ	にんじん		じゃがいも・砂糖	ごま油	
	キャベツのみそ汁	豆腐・米みそ 油揚げ・けずりぶし		にんじん・葉ねぎ	キャベツ・だいこん			
2木	麦ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		815 29.5
	かつおのそぼろ丼	かつお(油漬)		にんじん	えだまめ スイートコーン	砂糖	ごま	
	ごぼうサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング	とり肉			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	
	若竹汁	豆腐・かまぼこ けずりぶし	わかめ	にんじん	たけのこ・だいこん えのきたけ			
	かしわもち						かしわもち	
7火	山菜まぜごはん・飲用牛乳	とり肉	飲用牛乳	にんじん	ふき・みず・わらび ごぼう・しめじ	麦ごはん・砂糖		798 33.0
	さわらの香味ソースかけ	さわら			根深ねぎ・しょうが	じゃがいもでん粉 砂糖	米ぬか油・ごま油	
	あおさ汁	豆腐・豆みそ けずりぶし	あおさ	にんじん	だいこん・えのきたけ			
8水	麦ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		823 32.5
	シンガポールチキンライス	とり肉			しょうが・にんにく レモン果汁	砂糖	ごま油	
	野菜のオイスターソース炒め			チンゲンサイ	キャベツ・もやし			
	えびのカレースープ	生揚げ・えび・豆乳		にんじん	たまねぎ			
	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)			
9木	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		850 32.3
	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		
	わかめの酢の物		わかめ		キャベツ・きゅうり	砂糖		
	生揚げと野菜のうま煮	生揚げ・ぶた肉 けずりぶし		にんじん	たまねぎ・しいたけ	じゃがいも・砂糖		
10金	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		857 30.3
	油淋鶏(ユーリンチー)	とり肉		葉ねぎ	しょうが	じゃがいもでん粉 砂糖	米ぬか油・ごま油	
	チャプチェ	まぐろ(油漬)		チンゲンサイ にんじん	たまねぎ・しいたけ	はるさめ・砂糖	ごま油・ごま	
	うずら卵と野菜のスープ	うずら卵 ショルダーベーコン		にんじん	だいこん			
13月	ツイストパン・飲用牛乳		飲用牛乳			ツイストパン		796 31.0
	ウインナー	ウインナー						
	アスパラポテト	まぐろ(油漬)		アスパラガス	スイートコーン にんにく	じゃがいも	オリーブ油	
	豆乳スープ	豆乳・とり肉		にんじん・パセリ	たまねぎ・だいこん			
14火	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		825 35.2
	さばの銀紙焼き	さば・米みそ				砂糖・米粉		
	青菜あえ			にんじん・菜めし粉	キャベツ・もやし			
	じゃがいものそぼろ煮	とり肉・けずりぶし		にんじん さやいんげん	たまねぎ	じゃがいも・砂糖		
15水	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		802 30.0
	ミンチカツ	大豆・ぶた肉			たまねぎ	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・米ぬか油	
	鉄人サラダ	大豆 まぐろ(油漬)	ひじき	にんじん	スイートコーン	砂糖		
	沢煮わん	ぶた肉・けずりぶし		にんじん・葉ねぎ	だいこん・ごぼう しいたけ			
16木	中華めん・飲用牛乳		飲用牛乳			中華めん		802 37.4
	ジャージャーめん	ぶた肉・豆みそ		にんじん	たまねぎ・しょうが にんにく	砂糖 じゃがいもでん粉	米ぬか油	
	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	
	切干しだいこんのさっぱりサラダ	とり肉		にんじん	もやし・レモン果汁 切干しだいこん スイートコーン	砂糖	ごま・ごま油	
17金	麦ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		801 27.6
	ハヤシライス	ぶた肉	脱脂粉乳	にんじん トマトピューレー	たまねぎ マッシュルーム	じゃがいも	ハヤシルウ	
	ツナサラダ	まぐろ(油漬)		チンゲンサイ にんじん	キャベツ		コールスロドレッシング	
	オレンジ(生)				オレンジ(生)			
20月	米粉パン・飲用牛乳		飲用牛乳			米粉パン		786 29.2
	イタリアンスパゲティ	ショルダーベーコン		にんじん・ピーマン	たまねぎ マッシュルーム	スパゲティ		
	だいこんサラダ			にんじん	だいこん・きゅうり		コーンクリームドレッシング	
	フルーツミックス				パインアップル みかん・黄桃			

こどもの日献立

たべまるの
おすすめ

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		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	穀類・いも・砂糖	油脂・種実	
21火	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		818 27.0
	たらふらのレモンしょうゆがけ	大豆・すけとうだら			レモン果汁	小麦粉・砂糖 キャッサバでん粉	えごま油・米ぬか油	
	骨太サラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング	まぐろ（油漬）	ひじき・干しえび		キャベツ・きゅうり スイートコーン	マカロニ・砂糖	マヨネーズ風ドレッシング	
	白みそ汁	米みそ・けずりぶし		にんじん	だいこん・根深ねぎ	じゃがいも		
22水	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		792 35.8
	厚焼き卵	鶏卵				キャッサバでん粉 砂糖	なたね油・大豆油	
	おかかあえ	かつお節		こまつな	キャベツ・もやし	砂糖		
	高野豆腐のうま煮	とり肉・ちくわ 凍り豆腐・けずりぶし		にんじん さやいんげん	はくさい	砂糖 じゃがいもでん粉		
23木	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		833 34.8
	肉だんごのあんからめ	とり肉・大豆			たまねぎ	砂糖・小麦粉 じゃがいもでん粉 キャッサバでん粉		
	ナムル			にんじん・こまつな	もやし・はくさい		ごま油・ごま	
	麻婆豆腐	豆腐・ぶた肉 豆みそ		にんじん・葉ねぎ	たまねぎ・しいたけ しょうが	じゃがいもでん粉 砂糖	ごま油	
24金	麦ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		791 31.6
	きびなごのから揚げ		きびなご			じゃがいもでん粉	米ぬか油	
	たくあんあえ	豊田ブランドの日			キャベツ・たくあん漬 きゅうり		ごま	
	とよたひまわりポーク丼	ぶた肉		にんじん さやいんげん	たまねぎ・しらたき しょうが	砂糖		
	抹茶水ようかん					抹茶水ようかん		
27月	スライスパン・飲用牛乳		飲用牛乳			スライスパン		782 33.6
	スパニッシュオムレツ	とり肉・鶏卵		かぼちゃ		じゃがいもでん粉 砂糖	なたね油・米ぬか油	
	スラッピージョー	ぶた肉		にんじん・トマト	たまねぎ	小麦粉・砂糖		
	コンソメスープ	ショルダーベーコン		にんじん・パセリ	キャベツ・しめじ	じゃがいも		
28火	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		830 34.6
	チーズ納豆	納豆	チーズ	パセリ		砂糖		
	青じそ入りあじフライ	大豆・あじ		青じそ		小麦粉 じゃがいもでん粉 キャッサバでん粉	米ぬか油	
	具だくさんみそ汁	豆みそ・けずりぶし		にんじん・葉ねぎ	だいこん・たまねぎ えのきたけ	じゃがいも		
	手巻きのり		のり					
29水	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		808 29.9
	レバーとこんにやくの甘辛煮	とり肉・とりレバー			こんにやく	とうもろこしでん粉 じゃがいもでん粉 砂糖	米ぬか油	
	ごまあえ	ちくわ		にんじん ほうれんそう	もやし	砂糖	ごま	
	かきたま汁	鶏卵・かまぼこ けずりぶし		にんじん・葉ねぎ	たまねぎ・しいたけ	じゃがいもでん粉		
30木	ツナピラフ・飲用牛乳	まぐろ（油漬）	飲用牛乳	にんじん	たまねぎ マッシュルーム	麦ごはん		793 29.4
	デミグラスハンバーグ	大豆・とり肉・ぶた肉			たまねぎ	とうもろこしでん粉	ラード	
	キャベツのクリームスープ	ショルダーベーコン	牛乳・脱脂粉乳 チーズ	にんじん	キャベツ・たまねぎ		ベシヤメルソースの素 生クリーム・バター	
31金	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		829 26.9
	春巻き	ぶた肉		にら・にんじん	キャベツ・もやし エリンギ	小麦粉・水あめ じゃがいもでん粉	大豆油・米ぬか油	
	ホイコーロー	ぶた肉・豆みそ		にんじん・ピーマン	キャベツ	砂糖	ごま油	
	わかめスープ	豆腐・かまぼこ	わかめ		たまねぎ スイートコーン	じゃがいもでん粉		

5月の目標「すききらいなく食べよう」

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、中華めん
- 大豆「フクユタカ」
…納豆、水煮大豆、豆腐、油揚げ、生揚げ
豆みそ
- ぶた肉「とよたひまわりポーク」
- 茶…抹茶水ようかん
※献立表内では太字になっています。

※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。

5月5日はこどもの日

2日（木）こどもの日献立

- ・かつおのそぼろ丼
- ・若竹汁・かしわもち

こどもの日は、「端午の節句」とも呼ばれ、こどもの健やかな成長を願う日です。



たべまるのおすすめ

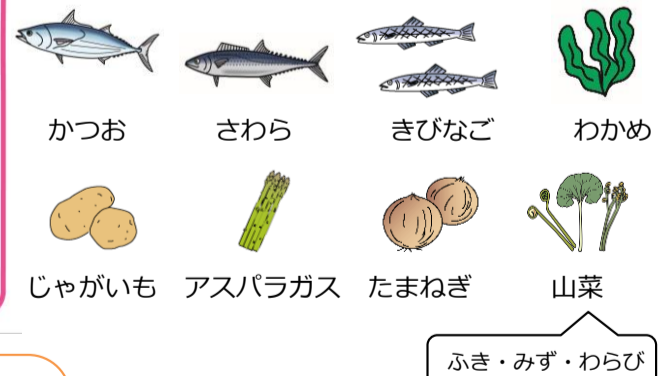
今月は、16日（木）の【ジャージャーめん】まる。作り方や写真は、豊田市ホームページのトップページ「クックパッド公式キッチン」をクリックするまる。レシピの検索画面に「たべまる給食」と入れるとすぐに見つかるまる。



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

今月の季節の食材



24日（金）豊田ブランドの日

豊田市でとれた食材を使用した献立を実施します。

- とよたひまわりポーク丼
…米（大地の風）
ぶた肉（とよたひまわりポーク）
- 抹茶水ようかん…茶

足助給食センター

●安全・安心・おいしい給食をお届けします●