



| 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になる食品 魚・肉・卵・豆・豆製品 牛乳・乳製品・小魚・海そう | 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 | 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 | |
| 3月 | 麦ごはん・★飲用牛乳 | ★飲用牛乳 | | 麦ごはん | 620 23.7 |
| | 五目スープ | ベーコン | チンゲンサイ・たまねぎ・にんじん・たけのこ | はるさめ・じゃがいもでん粉 | |
| | ピビンバ丼 | ぶた肉 | もやし・ほうれんそう・にんじん・しょうが | 砂糖・ごま油・ごま・米ぬか油 | |
| | えびしゅうまい | えび・すけとうだら | たまねぎ | 小麦粉・じゃがいもでん粉・パーム油 | |
| 4火 | ごはん・★飲用牛乳 | ★飲用牛乳 | | ごはん | 716 27.8 |
| | 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 | |
| | 切干しだいこんとひじきの サラダ・◇和風ドレッシング | まぐろ（油漬）・ひじき | きゅうり・スイートコーン・切干しだいこん | 砂糖・和風ドレッシング | |
| | 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 | コーンスターチ・じゃがいもでん粉・砂糖 米ぬか油・ごま | |
| 5水 | 麦ごはん・★飲用牛乳 | ★飲用牛乳 | | 麦ごはん | 653 28.8 |
| | 筑前煮 | とり肉・はんぺん・けずりぶし | にんじん・こんにやく・ごぼう・れんこん | 砂糖・ごま油・米ぬか油 | |
| | おかかあえ | 油揚げ・かつお節 | キャベツ・もやし・にんじん・ほうれんそう | 砂糖 | |
| | ★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 | |
| | 抹茶ふりかけ | | | 抹茶ふりかけ | |
| 6木 | ★ツイストパン・★飲用牛乳 | ★飲用牛乳 | | ★ツイストパン | 667 26.8 |
| | ★コーンクリームスープ | ★牛乳・★脱脂粉乳・★チーズ | スイートコーン・たまねぎ・パセリ | ★ベシャメルソースの素・★生クリーム ★バター | |
| | サワーキャベツ | | キャベツ・きゅうり・にんじん・レモン果汁 | 砂糖 | |
| | とり肉のトマト煮込み | とり肉 | たまねぎ・トマト・バジル | 砂糖・オリーブ油・じゃがいもでん粉 | |
| 7金 | ごはん・★飲用牛乳 | ★飲用牛乳 | | ごはん | 670 25.2 |
| | 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 | |
| | おひたし | 油揚げ | キャベツ・もやし・にんじん | 砂糖 | |
| | めひかりフライ | めひかり | | 小麦粉・米ぬか油 | |
| 10月 | ごはん・★飲用牛乳 | ★飲用牛乳 | | ごはん | 659 27.5 |
| | 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・さやいんげん | じゃがいも・砂糖・じゃがいもでん粉 | |
| | 磯香あえ | のり | キャベツ・もやし・にんじん | 砂糖 | |
| | あじフライ | 大豆・あじ | | 小麦粉・とうもろこしでん粉・米ぬか油 キャッサバでん粉 | |
| 11火 | ★米粉パン・★飲用牛乳 | ★飲用牛乳 | | ★米粉パン | 634 23.5 |
| | 炒めビーフン | ぶた肉・はんぺん | キャベツ・にんじん・紅しょうが | ビーフン・砂糖・米ぬか油 | |
| | ごぼうサラダ ◇和風ドレッシング | | キャベツ・ごぼう・にんじん・スイートコーン | 砂糖・和風ドレッシング | |
| | レモンポンチ | | パインアップル・黄桃・みかん・レモン果汁 | | |
| | ごはん・★飲用牛乳 | ★飲用牛乳 | | ごはん | |
| 12水 | ★親子煮 | ★鶏卵・とり肉・けずりぶし | たまねぎ・にんじん | じゃがいも・砂糖 | 633 25.9 |
| | たくあんあえ | | キャベツ・たくあん漬・きゅうり | ごま・砂糖 | |
| | 野菜入りはんぺん | すけとうだら・このしろ | にんじん・キャベツ・スイートコーン | じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉 砂糖・大豆油・なたね油 | |
| | ★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 | |
| 13木 | ★じゃがいものクリーム煮 | ★牛乳・ショルダーベーコン・★脱脂粉乳 ★チーズ | たまねぎ・にんじん・グリーンピース | じゃがいも・★ベシャメルソースの素 ★生クリーム・★バター | 630 23.7 |
| | キャロットサラダ | | にんじん・きゅうり・スイートコーン レモン果汁 | オリーブ油・砂糖 | |
| | フィッシュバーガー | 大豆・すけとうだら | | 小麦粉・キャッサバでん粉・えごま油 米ぬか油 | |
| | コーヒー牛乳の素 | | | コーヒー牛乳の素 | |
| | ごはん・★飲用牛乳 | ★飲用牛乳 | | ごはん | |
| 14金 | ★ワンタンスープ | ★うずら卵 | チンゲンサイ・たけのこ | ワンタン皮 | 642 24.5 |
| | わかめサラダ | まぐろ（油漬）・わかめ | キャベツ・きゅうり・にんじん | ごまドレッシング・砂糖 | |
| | とり肉とごぼうの甘酢煮 | とり肉 | ごぼう・しょうが | 砂糖・ごま油 | |
| | ごはん・★飲用牛乳 | ★飲用牛乳 | | ごはん | |
| 17月 | キムチ入りみそ汁 | 豆腐・豆みそ・けずりぶし | キムチ・だいこん・こんにやく・もやし にんじん・ごぼう・根深ねぎ・しいたけ | | 650 25.1 |
| | 大豆とじゃがいものサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング | 大豆 | きゅうり・スイートコーン | じゃがいも・マヨネーズ風ドレッシング | |
| | とよたひまわりポークの しょうが炒め | ぶた肉 | たまねぎ・にんじん・しょうが | じゃがいもでん粉・ごま油・米ぬか油 | |
| | 豊田めん・★飲用牛乳 | ★飲用牛乳 | | 豊田めん | |
| 18火 | トマトソースかけ | ぶた肉 | たまねぎ・トマト・にんじん・バジル ローリエ | じゃがいもでん粉・砂糖・オリーブ油 | 708 30.8 |
| | コーンサラダ | | キャベツ・スイートコーン・きゅうり | フレンチドレッシング | |
| | いかフライ | 大豆・いか | | 小麦粉・とうもろこしでん粉 キャッサバでん粉・米ぬか油 | |
| | 麦ごはん・★飲用牛乳 | ★飲用牛乳 | | 麦ごはん | |
| 19水 | ★中華飯 | ★うずら卵・ぶた肉・いか | たまねぎ・はくさい・にんじん・もやし チンゲンサイ | じゃがいもでん粉 | 700 28.4 |
| | 棒々鶏（バンバンジー） ◇棒々鶏ソース | とり肉（蒸） | キャベツ・きゅうり | | |
| | 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・じゃがいもでん粉・水あめ・大豆油 米ぬか油 | |
| | ★スライスパン・★飲用牛乳 | ★飲用牛乳 | | ★スライスパン | |
| 20木 | 豆 ³ のスープ | 豆乳・ウインナー・米みそ | たまねぎ・にんじん・えだまめ | じゃがいも | 694 27.4 |
| | アーモンドサラダ | | キャベツ・きゅうり・にんじん スイートコーン | コールスロウドレッシング・アーモンド | |
| | ハンバーグサンド ◇中濃ソース（サンド用） | 牛肉・とり肉・ぶた肉 | たまねぎ | 小麦粉・じゃがいもでん粉・砂糖・米ぬか油 | |

歯と口の健康週間

たべまろのおすすめ

愛知を食べる
学校給食の日



| 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になる食品 魚・肉・卵・豆・豆製品 牛乳・乳製品・小魚・海そう | 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 | 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 | |
| 21金 | ごはん・★飲用牛乳 | ★飲用牛乳 | | ごはん | 622 22.1 |
| | けんちん汁 | 豆腐・けずりぶし | だいこん・にんじん・根深ねぎ・ごぼう | | |
| | えだまめサラダ ◇和風ドレッシング | | キャベツ・えだまめ・きゅうり | 和風ドレッシング | |
| | かつおのミンチカツ | かつお | しょうが・たまねぎ | 小麦粉・砂糖・なたね油・とうもろこし油 米ぬか油 | |
| 24月 | ごはん・★飲用牛乳 | ★飲用牛乳 | | ごはん | 657 24.0 |
| | かしわ汁 | とり肉・けずりぶし | だいこん・にんじん・根深ねぎ | | |
| | 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・ごま・砂糖 マヨネーズ風ドレッシング | |
| | 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 | |
| 25火 | ごはん・★飲用牛乳 | ★飲用牛乳 | | ごはん | 617 23.9 |
| | 玄米だんご汁 | けずりぶし | はくさい・だいこん・にんじん・根深ねぎ | 玄米だんご | |
| | きんぴらごぼう | ぶた肉 | ごぼう・にんじん | 砂糖・米ぬか油・ごま油 | |
| | いわしの梅煮 | いわし | 梅干し | じゃがいもでん粉・砂糖 | |
| 26水 | ごはん・★飲用牛乳 | ★飲用牛乳 | | ごはん | 651 23.3 |
| | 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 | 砂糖・じゃがいもでん粉・米ぬか油 | |
| | 中華あえ | | キャベツ・もやし・きゅうり・にんじん | 砂糖・ごま油 | |
| | 小えびのから揚げ | 大豆・えび | とうもろこし | 小麦粉・じゃがいもでん粉・パーム油 米ぬか油 | |
| 27木 | 麦ごはん・★飲用牛乳 | ★飲用牛乳 | | 麦ごはん | 651 27.8 |
| | パスタスープ | ベーコン | キャベツ・パセリ | じゃがいも・マカロニ | |
| | 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 | |
| | ドライカレー | ぶた肉 | たまねぎ・にんじん・グリーンピース | 小麦粉 | |
| | 乾燥小魚 | いわし | | キャッサバでん粉・砂糖 | |
| 28金 | ごはん・★飲用牛乳 | ★飲用牛乳 | | ごはん | 623 24.8 |
| | 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・ごぼう・根深ねぎ | | |
| | 青菜あえ | | キャベツ・もやし・にんじん・菜めし粉 | | |
| | ししゃもフライ・◆ウスターソース | 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 | |

6月の目標「よくかんで食べよう」

豊田の農産物

- 米「大地の風」
・・・ごはん、麦ごはん、米粉パン、玄米だんご
- 小麦「きぬあかり」
・・・スライスパン、ツイストパン、豊田めん
- 大豆「フクユタカ」
・・・水煮大豆、豆腐、油揚げ
- ぶた肉「とよたひまわりポーク」
- にんじん ●だいこん ●キャベツ
- じゃがいも ●たまねぎ ●きゅうり
- しいたけ ●はくさい・・・キムチ
- 茶・・・抹茶ふりかけ

※献立表内では太字になっています。



17日(月) 愛知を食べる学校給食の日

豊田市や愛知県でとれた地場産物を使用した給食です。

ごはん・牛乳
とよたひまわりポークのしょうが炒め
大豆とじゃがいものサラダ
キムチ入りみそ汁

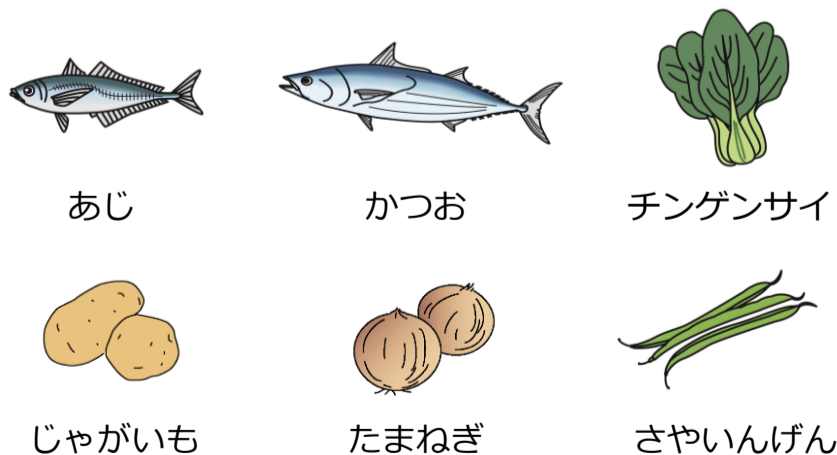


4日～10日 歯と口の健康週間【かみかみ献立】

給食では、かみごたえのある食品や
歯を丈夫にする食品を取り入れています。



今月の季節の食材



たべまるのおすすめ

今月は、11日(火)の【レモンポンチ】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。

※★は乳又は卵を含みます。
※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。