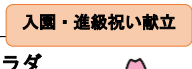




日曜日	曜日	献立名	赤のグループ 主に体をつくるものとなる食品		緑のグループ 主に体の質子を養えるものとなる食品		黄色のグループ 主にエネルギーのもととなる食品	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
			魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 骨ごと食べる魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	穀類・いも・砂糖	油脂・種実
9	水	米粉パン 飲用牛乳		飲用牛乳			米粉パン	
		コーンコロッケ	大豆			とうもろこし	小麦粉 砂糖	大豆油 米ぬか油
		チキンサラダ	とり肉		にんじん	キャベツ きゅうり		ごまドレッシング
		ポテトスープ	ベーコン		こまつな にんじん	たまねぎ	じゃがいも	
10	木	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん	
		愛知の野菜入りぎょうざ	ぶた肉		にんじん	たまねぎ れんこん	じゃがいもでん粉 砂糖 小麦粉	なたね油
		はるさめサラダ			にんじん	キャベツ	はるさめ 砂糖	ごま油
		豆腐の中華煮	豆腐 ぶた肉		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ はくさい たけのこ	砂糖 じゃがいもでん粉	ごま油
11	金	ちらしずし 飲用牛乳	ちくわ 油揚げ	飲用牛乳	にんじん	れんこん たけのこ	ごはん 砂糖	
		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	
		かしわ汁 	とり肉 豆腐 けずりぶし		にんじん 葉ねぎ	だいこん		
		プチゼリー（もも） 					ももゼリー	
14	月	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん	
		パオズ	ぶた肉 とり肉	ひじき		キャベツ たまねぎ しょうが	じゃがいもでん粉 小麦粉 砂糖	ラード ごま油
		切干しだいこんのナムル	ハム			切干しだいこん もやし きゅうり	砂糖	ごま ごま油
		レタススープ	とり肉 豆腐		こまつな にんじん	レタス たまねぎ	じゃがいも	ごま油
15	火	赤飯 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん もち米 あずき	ごま
		えびカツ 	えび 大豆				じゃがいもでん粉 小麦粉 砂糖	とうもろこし油 なたね油 米ぬか油
		ごぼうサラダ 				ごぼう キャベツ きゅうり スイートコーン	砂糖	マヨネーズ風ドレッシング
		花ふのすまし汁	かまぼこ 豆腐 けずりぶし		にんじん みつば	しめじ	花ふ	
		カスタード風クレープ （卵乳小麦なし）					カスタードクレープ （卵乳小麦なし）	
16	水	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	
		ハンバーガー	牛肉 ぶた肉 豆みそ とり肉			たまねぎ	砂糖 小麦粉 じゃがいもでん粉	
		チーズサラダ		チーズ		キャベツ きゅうり スイートコーン		マヨネーズ風ドレッシング
		とり肉のトマト煮込み	とり肉		トマト ブロッコリー トマトピューレー にんじん バジル	たまねぎ	じゃがいも 砂糖 じゃがいもでん粉	オリーブ油
17	木	たけのこごはん 飲用牛乳	とり肉 油揚げ	飲用牛乳	にんじん	たけのこ しめじ	ごはん 砂糖	
		さばの銀紙焼き	さば 米みそ				砂糖 米粉	
		五目汁	油揚げ 豆腐 けずりぶし		にんじん	だいこん 根深ねぎ		
		ヨーグルト		ヨーグルト				
18	金	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん	
		とり肉のから揚げ	とり肉			しょうが にんにく	じゃがいもでん粉	米ぬか油
		和風サラダ	まぐろ（油漬）		にんじん	キャベツ きゅうり もやし		和風ドレッシング
		豆乳のバランスみそ汁	豆乳 豆腐 けずりぶし 米みそ		にんじん	だいこん 根深ねぎ	じゃがいも	
22	火	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん	
		肉だんごのケチャップあんかけ	とり肉 ぶた肉 大豆			たまねぎ しょうが	小麦粉 砂糖	ラード ごま油 なたね油
		中華あえ	ハム			きゅうり キャベツ	はるさめ 砂糖	ごま油
		ワンタンスープ	とり肉		にんじん	たけのこ 根深ねぎ	ワンタン皮	ごま油
23	水	スライスパン 飲用牛乳 いちごジャム		飲用牛乳			スライスパン いちごジャム	
		オムレツ	鶏卵				キャッサバでん粉 砂糖	なたね油 大豆油
		ツナマヨサラダ	まぐろ（油漬）		ブロッコリー にんじん	もやし		マヨネーズ風ドレッシング
		春キャベツのポタージュ	ベーコン	牛乳 チーズ 脱脂粉乳	にんじん ほうれんそう	たまねぎ キャベツ スイートコーン		生クリーム バター

日	曜日	献立名	赤のグループ 主に体をつくるものとなる食品		緑のグループ 主に体の調子を整えるものとなる食品		黄色のグループ 主にエネルギーのもととなる食品	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
			魚・肉・卵・豆・豆製品	牛乳・乳製品 骨ごと食べる小魚・海藻	色のこい野菜	その他の野菜・きのこ・果物	米・パン・めん・いも・砂糖・菓子	油脂類・種実類
24	木	白玉うどん 飲用牛乳		飲用牛乳			白玉うどん	
		ししゃもの南蛮漬け	からふとししゃも			根深ねぎ	小麦粉 砂糖 とうもろこしでん粉 コーンフラワー	米ぬか油
		骨太サラダ	まぐろ（油漬）	ひじき 干しえび		きゅうり キャベツ スイートコーン	マカロニ 砂糖	ごま マヨネーズ風ドレッシング
		肉うどん たべまるのおすすめ	ぶた肉 油揚げ けずりぶし		にんじん	だいこん 根深ねぎ ごぼう		
25	金	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん	
		レバーと大豆のみそがらめ	大豆 とり肉 とりレバー 豆みそ			しょうが	じゃがいもでん粉 砂糖	米ぬか油 ごま
		たくあんあえ				キャベツ きゅうり たくあん漬		ごま
		かみなり汁	豆腐 けずりぶし		にんじん	だいこん 根深ねぎ ごぼう		ごま油
28	月	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん	
		カリカリベーコンサラダ	ベーコン 油揚げ			スイートコーン きゅうり キャベツ	砂糖	オリーブ油
		フルーツポンチ				パインアップル 黄桃	レモンゼリー	
		ハヤシライス	ぶた肉		にんじん トマトピューレ	たまねぎ タリンピース マッシュルーム	じゃがいも	ハヤシルウ
30	水	ツイストパン 飲用牛乳		飲用牛乳			ツイストパン	
		揚げしゅうまい	とり肉 ぶた肉 大豆		にんじん ほうれんそう	スイートコーン たまねぎ しょうが	小麦粉 砂糖 じゃがいもでん粉 さつまいもでん粉	ラード 米ぬか油
		焼きそば	ぶた肉 ちくわ	あおのり	にんじん ピーマン	キャベツ	中華めん	なたね油
		たまごスープ	鶏卵		こまつな	たまねぎ 根深ねぎ	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、食品を体内での働きによって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」「ミネアサヒ」
・・・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

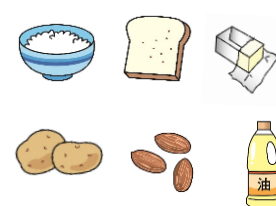
主に体をつくる ものとなる食品



主に体の調子を整える ものとなる食品



主にエネルギーの ものとなる食品



バランスの良い食事、3つのグループの食品を合わせて食べましょう。



※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。

<今月の季節の食材>



キャベツ



たけのこ



レタス

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、24日（木）の【肉うどん】まる。

作り方や写真は、下の二次元コードを読み込むか、たべまるをタップして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。



▲豊田市クックパッド公式キッチンはこちら

たべまる給食 検索



入学・進級祝い献立

15日（火）

- ・赤飯
- ・えびカツ
- ・ごぼうサラダ
- ・花ふのすまし汁
- ・カスタード風クレープ（卵乳小麦なし）

花見献立

11日（金）

- ・ちらしずし

※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。