

| 2025年度 4月 |    | 給食献立一覧表                  |                                     | 献立B                             |                                               | 平和給食センター<br>保育課                 |  |
|-----------|----|--------------------------|-------------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| 日曜日       | 曜日 | 献立名                      | 赤のグループ<br>主に体をつくるものとなる食品            | 緑のグループ<br>主に体の調子を整えるものとなる食品     | 黄のグループ<br>主にエネルギーのものとなる食品                     | エネルギー<br>(kcal)<br>たんぱく質<br>(g) |                                                                                    |
|           |    |                          | 魚・肉・卵・豆・豆製品<br>牛乳・乳製品・骨ごと食べられる小魚・海藻 | 色のこい野菜<br>その他の野菜・きのこ・果物         | 米・パン・めん・いも・砂糖・菓子<br>油脂類・種実類                   |                                 |                                                                                    |
| 1         | 火  | ツイストパン・飲用牛乳              | 飲用牛乳                                |                                 | ツイストパン                                        | 481<br>19.0                     |                                                                                    |
|           |    | 豆乳のカレースープ                | 豆乳・とり肉                              | たまねぎ・にんじん                       | じゃがいも                                         |                                 |                                                                                    |
|           |    | コーンサラダ                   |                                     | キャベツ・スイートコーン・きゅうり               | コーンクリーミードレッシング                                |                                 |                                                                                    |
|           |    | ウインナー                    | ウインナー                               |                                 |                                               |                                 |                                                                                    |
| 2         | 水  | ごはん・飲用牛乳                 | 飲用牛乳                                |                                 | ごはん                                           | 494<br>17.1                     |                                                                                    |
|           |    | 八杯汁                      | 豆腐・油揚げ・けずりぶし                        | だいこん・にんじん・ごぼう・根深ねぎ              | じゃがいもでん粉                                      |                                 |                                                                                    |
|           |    | ひじきの炒め煮                  | 大豆・はんぺん・ひじき・けずりぶし                   | にんじん                            | じゃがいも・砂糖・米ぬか油                                 |                                 |                                                                                    |
|           |    | かぼちゃひき肉フライ               | 大豆・ぶた肉                              | かぼちゃ・たまねぎ                       | 小麦粉・とうもろこしでん粉・砂糖<br>キャッサバでん粉・なたね油・ラード・米ぬか油    |                                 |                                                                                    |
| 3         | 木  | クロロール・飲用牛乳               | 飲用牛乳                                |                                 | クロロール                                         | 491<br>17.4                     |                                                                                    |
|           |    | コーンクリームスープ               | 牛乳・ショルダーベーコン・脱脂粉乳・チーズ               | たまねぎ・スイートコーン・パセリ                | ベシヤメルソースの素・生クリーム                              |                                 |                                                                                    |
|           |    | マカロニサラダ<br>◇マヨネーズ風ドレッシング |                                     | キャベツ・きゅうり・にんじん                  | マカロニ・マヨネーズ風ドレッシング                             |                                 |                                                                                    |
|           |    | あじフリッター                  | あじ・おきあみ・あおさ                         |                                 | 小麦粉・とうもろこしでん粉・米粉・砂糖<br>大豆油・米ぬか油               |                                 |                                                                                    |
| 4         | 金  | 麦ごはん・飲用牛乳                | 飲用牛乳                                |                                 | 麦ごはん                                          | 556<br>16.9                     |                                                                                    |
|           |    | ハヤシライス                   | ぶた肉                                 | たまねぎ・にんじん・トマト                   | じゃがいも・ハヤシルウ                                   |                                 |                                                                                    |
|           |    | フレンチサラダ                  |                                     | キャベツ・きゅうり・スイートコーン               | フレンチドレッシング                                    |                                 |                                                                                    |
|           |    | フルーツゼリーミックス              |                                     | 黄桃・パインアップル                      | カクテルゼリー                                       |                                 |                                                                                    |
| 7         | 月  | ごはん・飲用牛乳                 | 飲用牛乳                                |                                 | ごはん                                           | 478<br>17.4                     |                                                                                    |
|           |    | 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              |                                               |                                 |                                                                                    |
|           |    | ごまあえ                     |                                     | キャベツ・もやし・ほうれんそう                 | 砂糖・ごま                                         |                                 |                                                                                    |
|           |    | コロッケ                     |                                     | たまねぎ                            | 小麦粉・米粉・じゃがいも・砂糖・大豆油<br>米ぬか油                   |                                 |                                                                                    |
| 8         | 火  | ミルクロール・飲用牛乳              | 飲用牛乳                                |                                 | ミルクロール                                        | 484<br>21.0                     |                                                                                    |
|           |    | ポタージュスープ                 | 牛乳・ベーコン・脱脂粉乳・チーズ                    | たまねぎ・にんじん                       | じゃがいも・ベシヤメルソースの素・生クリーム                        |                                 |                                                                                    |
|           |    | ツナサラダ                    | まぐろ（油漬）                             | キャベツ・きゅうり                       | コールスロードレッシング                                  |                                 |                                                                                    |
|           |    | 照り焼きチキン                  | とり肉                                 |                                 | キャッサバでん粉・砂糖                                   |                                 |                                                                                    |
| 9         | 水  | ごはん・飲用牛乳                 | 飲用牛乳                                |                                 | ごはん                                           | 511<br>19.5                     |                                                                                    |
|           |    | 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                                      |                                 |                                                                                    |
|           |    | キャベツの昆布あえ                | こんぶ                                 | キャベツ・もやし・にんじん                   | 砂糖                                            |                                 |                                                                                    |
|           |    | 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                            |                                 |                                                                                    |
| 10        | 木  | ごはん・飲用牛乳                 | 飲用牛乳                                |                                 | ごはん                                           | 548<br>20.2                     |                                                                                    |
|           |    | 豆乳のバランスみそ汁               | 豆腐・豆乳・米みそ・けずりぶし                     | だいこん・にんじん・根深ねぎ                  | じゃがいも                                         |                                 |                                                                                    |
|           |    | 和風サラダ<br>◇和風ドレッシング       | まぐろ（油漬）                             | キャベツ・もやし・きゅうり・にんじん              | 和風ドレッシング                                      |                                 |                                                                                    |
|           |    | 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                                 |                                 |                                                                                    |
| 11        | 金  | 麦ごはん・飲用牛乳                | 飲用牛乳                                |                                 | 麦ごはん                                          | 479<br>17.9                     |                                                                                    |
|           |    | パスタスープ                   | とり肉                                 | たまねぎ・キャベツ・にんじん・パセリ              | じゃがいも・マカロニ                                    |                                 |                                                                                    |
|           |    | きんぴらピラフ                  | ウインナー・青大豆                           | たまねぎ・ごぼう・にんじん・エリンギ              | オリーブ油                                         |                                 |                                                                                    |
|           |    | 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                        |                                 |                                                                                    |
| 14        | 月  | ごはん・飲用牛乳                 | 飲用牛乳                                |                                 | ごはん                                           | 508<br>20.4                     |                                                                                    |
|           |    | 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                             |                                 |                                                                                    |
|           |    | 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                                            |                                 |                                                                                    |
|           |    | 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                                      |                                 |                                                                                    |
| 15        | 火  | ごはん・飲用牛乳                 | 飲用牛乳                                |                                 | ごはん                                           | 484<br>20.4                     |                                                                                    |
|           |    | 麦みそ汁                     | 豆腐・麦みそ・けずりぶし                        | たまねぎ・だいこん・にんじん・根深ねぎ             |                                               |                                 |                                                                                    |
|           |    | たけのこごはん                  | とり肉・油揚げ                             | たけのこ・にんじん・しめじ                   | 砂糖                                            |                                 |                                                                                    |
|           |    | さばの煮つけ                   | さば                                  | しょうが                            | 砂糖                                            |                                 |                                                                                    |
| 16        | 水  | スライスパン・飲用牛乳              | 飲用牛乳                                |                                 | スライスパン                                        | 514<br>22.3                     |                                                                                    |
|           |    | ポークビーンズ                  | 大豆・ぶた肉・ベーコン                         | たまねぎ・にんじん                       | じゃがいも・砂糖                                      |                                 |                                                                                    |
|           |    | サワーキャベツ                  |                                     | キャベツ・きゅうり・スイートコーン<br>にんじん・レモン果汁 | 砂糖                                            |                                 |                                                                                    |
|           |    | オムレツ                     | 鶏卵                                  |                                 | キャッサバでん粉・砂糖・なたね油                              |                                 |                                                                                    |
|           |    | メープルジャム                  |                                     |                                 | メープルジャム                                       |                                 |                                                                                    |
| 17        | 木  | ごはん・飲用牛乳                 | 飲用牛乳                                |                                 | ごはん                                           | 594<br>16.9                     |                                                                                    |
|           |    | ふだま汁                     | 豆腐・かまぼこ・けずりぶし                       | にんじん・しめじ・みつば                    | 豆玉ふ                                           |                                 |                                                                                    |
|           |    | ごぼうサラダ<br>◇マヨネーズ風ドレッシング  |                                     | キャベツ・ごぼう・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                               |                                 |                                                                                    |
|           |    | えびカツ                     | 大豆・えび                               |                                 | 小麦粉・じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉<br>砂糖・なたね油・とうもろこし油・米ぬか油 |                                 |                                                                                    |
|           |    | カスタード風クレープ(卵乳小麦なし)       |                                     |                                 | カスタード風クレープ(卵乳小麦なし)                            |                                 |                                                                                    |
| 18        | 金  | 米粉パン・飲用牛乳                | 飲用牛乳                                |                                 | 米粉パン                                          | 526<br>22.3                     |                                                                                    |
|           |    | 焼きそば                     | ぶた肉・いか・ちくわ・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・きゅうり・にんじん                   | ごま・砂糖・ごま油                                     |                                 |                                                                                    |
|           |    | 愛知の食材入り揚げぎょうざ            | ぶた肉                                 | にんじん・たまねぎ・れんこん                  | 小麦粉・じゃがいもでん粉・砂糖・なたね油<br>米ぬか油                  |                                 |                                                                                    |
| 21        | 月  | ごはん・飲用牛乳                 | 飲用牛乳                                |                                 | ごはん                                           | 476<br>19.7                     |                                                                                    |
|           |    | 家常豆腐（ジャーチャンドウフ）          | 生揚げ・ぶた肉・豆みそ                         | たまねぎ・にんじん・根深ねぎ・しょうが             | 砂糖・じゃがいもでん粉                                   |                                 |                                                                                    |
|           |    | 中華サラダ                    |                                     | キャベツ・もやし・にんじん・きゅうり              | ごま油                                           |                                 |                                                                                    |
|           |    | 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                                    |                                 |                                                                                    |

| 日曜日 | 曜日 | 献立名                     | 赤のグループ<br>主に体をつくるもとになる食品<br>魚・肉・卵・豆・豆製品<br>牛乳・乳製品・骨ごと食べられる小魚・海藻 | 緑のグループ<br>主に体の調子を整えるもとになる食品<br>色のこい野菜<br>その他の野菜・きのこ・果物 | 黄のグループ<br>主にエネルギーのもとになる食品<br>米・パン・めん・いも・砂糖・菓子<br>油脂類・種実類    | エネルギー<br>(kcal)<br>たんぱく質<br>(g) |
|-----|----|-------------------------|-----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|---------------------------------|
|     |    |                         |                                                                 |                                                        |                                                             |                                 |
| 22  | 火  | ごはん・飲用牛乳                | 飲用牛乳                                                            |                                                        | ごはん                                                         | 519<br>19.7                     |
|     |    | 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                                                          |                                 |
|     |    | いわしのしょうが煮               | いわし                                                             | しょうが                                                   | じゃがいもでん粉・砂糖                                                 |                                 |
|     |    | プチゼリー（アセロラ）             |                                                                 |                                                        | プチゼリー（アセロラ）                                                 |                                 |
| 23  | 水  | ツイストパン・飲用牛乳             | 飲用牛乳                                                            |                                                        | ツイストパン                                                      | 481<br>17.8                     |
|     |    | 豆 <sup>3</sup> 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                                                       |                                 |
|     |    | コールスローサラダ               |                                                                 | キャベツ・きゅうり・にんじん                                         | コールスロードレッシング                                                |                                 |
|     |    | さかなナゲット                 | 大豆・いか・あじ・たら・たちうお・いわし                                            | たまねぎ                                                   | 小麦粉・砂糖・大豆油                                                  |                                 |
| 24  | 木  | 麦ごはん・飲用牛乳               | 飲用牛乳                                                            |                                                        | 麦ごはん                                                        | 597<br>20.4                     |
|     |    | 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・カレールウ（甘口・辛口）                                          |                                 |
|     |    | 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                |                                                                 | パインアップル・黄桃                                             |                                                             |                                 |
| 25  | 金  | ごはん・飲用牛乳                | 飲用牛乳                                                            |                                                        | ごはん                                                         | 583<br>23.1                     |
|     |    | うどん汁                    | ぶた肉・油揚げ・けずりぶし                                                   | だいこん・にんじん・ごぼう・根深ねぎ                                     | うどん                                                         |                                 |
|     |    | ひじきサラダ<br>◇マヨネーズ風ドレッシング | まぐろ（油漬）・ひじき                                                     | キャベツ・スイートコーン                                           | 砂糖・マヨネーズ風ドレッシング                                             |                                 |
|     |    | いかカツ                    | 大豆・いか                                                           |                                                        | 小麦粉・とうもろこしでん粉・じゃがいもでん粉<br>キャッサバでん粉・砂糖・大豆油・なたね油<br>パーム油・米ぬか油 |                                 |
| 28  | 月  | ごはん・飲用牛乳                | 飲用牛乳                                                            |                                                        | ごはん                                                         | 499<br>20.8                     |
|     |    | けんちん汁                   | 豆腐・けずりぶし                                                        | だいこん・にんじん・ごぼう・根深ねぎ                                     |                                                             |                                 |
|     |    | おひたし                    | 油揚げ                                                             | キャベツ・もやし・ほうれんそう・にんじん                                   | 砂糖                                                          |                                 |
|     |    | 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                                                   | とうもろこしでん粉・じゃがいもでん粉・米ぬか油<br>砂糖・ごま                            |                                 |
| 30  | 水  | ごはん・飲用牛乳                | 飲用牛乳                                                            |                                                        | ごはん                                                         | 460<br>22.0                     |
|     |    | 八宝菜                     | ぶた肉・いか                                                          | たまねぎ・はくさい・チンゲンサイ・もやし<br>にんじん                           | じゃがいもでん粉                                                    |                                 |
|     |    | 拌三絲（パンサンスー）             |                                                                 | キャベツ・きゅうり・にんじん                                         | はるさめ・砂糖・ごま油                                                 |                                 |
|     |    | ショウロンポウ                 | とり肉・ぶた肉                                                         | しょうが・たまねぎ                                              | 小麦粉・じゃがいもでん粉・砂糖                                             |                                 |
|     |    | 乾燥小魚                    | いわし                                                             |                                                        | キャッサバでん粉・砂糖                                                 |                                 |

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」  
・・・ごはん、麦ごはん  
米粉パン
- 小麦「きぬあかり」  
・・・スライSPAN  
ツイストパン
- 大豆「フクユタカ」  
・・・水煮大豆、豆腐  
油揚げ、生揚げ
- キャベツ

主に体をつくる  
もとになる食品

たんぱく質・無機質（加<sup>3</sup>）  
を多くふくむ食品



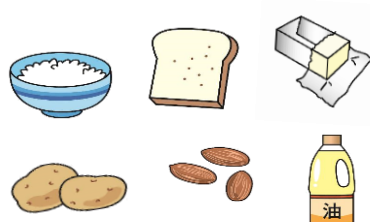
主に体の調子を整える  
もとになる食品

ビタミンや無機質を  
多くふくむ食品



主にエネルギーの  
もとになる食品

炭水化物・脂質を  
多くふくむ食品



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  
17日(木)

- ・えびカツ
- ・ごぼうサラダ
- ・ふだま汁
- ・カスタード風クレープ

花見献立  
22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、小中学校の25日(金)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。



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

※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。