



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)
		主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・骨ごと食べられる小魚・海藻	主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	主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	
9水	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	651 26.0
	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 大豆油・米ぬか油	
	たくあんあえ		キャベツ・たくあん漬・きゅうり	ごま	
	豚丼	ぶた肉	たまねぎ・しらたき・さやいんげん にんじん・しょうが	砂糖	
10木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	622 27.9
	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	
	棒々鶏（バンバンジー）	とり肉	もやし・きゅうり	バンバンジードレッシング	
	豆腐の中華煮	豆腐・ぶた肉	たまねぎ・はくさい・にんじん・チンゲンサイ	じゃがいもでん粉・砂糖・ごま油	
11金	赤飯・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん・もち米・あずき	727 24.0
	えびカツ	大豆・えび		小麦粉・じゃがいもでん粉・砂糖 なたね油・とうもろこし油・米ぬか油	
	ごぼうサラダ ◇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	
	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	
	みかんクレープ			みかんクレープ	
14月	米粉パン・飲用牛乳	飲用牛乳		米粉パン	636 33.5
	さわらのハーブ焼き	さわら	バジル・パセリ	オリーブ油	
	イタリアンサラダ		キャベツ・にんじん・きゅうり	イタリアンドレッシング	
	ポタージュスープ	牛乳・とり肉・チーズ	たまねぎ・にんじん・スイートコーン	じゃがいも・ベシャメルソースの素 生クリーム	
15火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	682 26.4
	ミンチカツ	ぶた肉	たまねぎ	小麦粉・とうもろこしでん粉 米粉・砂糖・ラード・米ぬか油	
	磯香あえ	のり	はくさい・もやし・こまつな	ごま・砂糖	
	高野豆腐の卵とじ	鶏卵・ぶた肉・凍り豆腐・けずりぶし	たまねぎ・にんじん・しいたけ	じゃがいも・砂糖	
16水	ちらしずし・飲用牛乳	飲用牛乳・ちくわ・油揚げ	にんじん・れんこん・たけのこ・かんぴょう	ごはん・砂糖	682 23.8
	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	
	大根のみそ汁	豆腐・豆みそ・けずりぶし・わかめ	だいこん・にんじん・たまねぎ・葉ねぎ ごぼう		
	花見だんご			花見だんご	
17木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	616 23.2
	パオズ	ぶた肉・ぶたレバー・大豆	キャベツ・しょうが・根深ねぎ	小麦粉・砂糖・ラード	
	ひじきのナムル	ひじき	もやし・にんじん・こまつな・にんにく	砂糖・ごま油・ごま	
	肉だんごの酢豚風	肉だんご	たまねぎ・にんじん・ピーマン・たけのこ しいたけ	砂糖・じゃがいもでん粉	
18金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	675 25.3
	とり肉の唐揚げ	とり肉	しょうが	小麦粉・じゃがいもでん粉・米ぬか油	
	和風サラダ		キャベツ・もやし・にんじん・きゅうり	和風ドレッシング	
	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	
21月	代 休				
22火	たけのこごはん・飲用牛乳	飲用牛乳・とり肉・油揚げ	たけのこ・にんじん・しめじ	麦ごはん・砂糖	655 27.7
	さばの煮つけ	さば	しょうが	砂糖	
	白みそ汁	豆腐・米みそ・けずりぶし・わかめ	だいこん・たまねぎ・にんじん・葉ねぎ		
23水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	655 24.3
	揚げぎょうざ	ぶた肉	たまねぎ・れんこん・にんじん	小麦粉・じゃがいもでん粉・砂糖・なたね油 米ぬか油	
	ぶた肉のオイスターソース炒め	ぶた肉	たまねぎ・にら・しょうが	ごま油・ごま・じゃがいもでん粉・砂糖	
	はるさめスープ	ショルダーベーコン	はくさい・チンゲンサイ・スイートコーン にんじん・しいたけ	はるさめ	
24木	白玉うどん・飲用牛乳	飲用牛乳		白玉うどん	663 25.7
	かぼちゃコロッケ	とり肉・大豆	かぼちゃ・たまねぎ	小麦粉・砂糖・コーングリッツ なたね油・大豆油・米ぬか油	
	ツナマヨあえ ◇マヨネーズ風ドレッシング	まぐろ（油漬）	キャベツ・チンゲンサイ	マヨネーズ風ドレッシング	
	肉うどん	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		
25金	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	680 24.9
	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）	
	ウインナー	ウインナー			
	コールスローサラダ		キャベツ・にんじん・きゅうり スイートコーン	コールスロードレッシング	
28月	ツイストパン・飲用牛乳	飲用牛乳		ツイストパン	655 24.9
	イタリアンスパゲティ	ショルダーベーコン	たまねぎ・にんじん・ピーマン マッシュルーム	スパゲティ	
	オムレツ	鶏卵		キャッサバでん粉・砂糖・なたね油・大豆油	
	サワーキャベツ		キャベツ・きゅうり・スイートコーン にんじん・レモン果汁	砂糖	

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)
		主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・骨ごと食べられる小魚・海藻	主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	主にエネルギーのものになる食品 米・パン・めん・いも・砂糖・菓子 油脂類・種実類	
30水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	675 22.9
	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・砂糖・ごま	
	ゆかりあえ		もやし・きゅうり・切干しだいこん しそ(粉)		
	具だくさん汁	豆腐・かまぼこ・けずりぶし	たまねぎ・にんじん・だいこん・えのきたけ 葉ねぎ		

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  
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、豆腐  
油揚げ、豆みそ

**主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

魚・肉・卵  
豆・豆製品  
牛乳・乳製品  
骨ごと食べられる小魚  
海藻

**主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

色のこい野菜  
その他の野菜  
きのこ・果物

**主にエネルギーのものになる食品**

炭水化物・脂質を多く含む食品

米・パン・めん  
いも・砂糖・菓子  
油脂類・種実類

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。

※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。

＜今月の季節の食材＞



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。



**入学・進級祝い献立**  
11日(金)

- ・赤飯
- ・えびカツ
- ・ごぼうサラダ
- ・ふだま汁
- ・みかんクレープ

**花見献立**  
16日(水)

- ・ちらしずし
- ・花見だんご

▲豊田市クックパッド公式キッチンはこちらから

**給食だより**

「給食だより」を4月3日(木)に配信します。左のイラストをタップし、「令和7年4月号」を選択すると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は、配膳する時に使用します。