



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	
1木	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	659 27.1
	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	
	ゆかりあえ		キャベツ・だいこん・きゅうり・にんじん しそ(粉)	砂糖	
	ちくわのお茶揚げ	ちくわ	てん茶	小麦粉・米ぬか油	
2金	麦ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		麦ごはん	694 25.1
	若竹汁	豆腐・かまぼこ・けずりぶし・わかめ	たけのこ・えのきたけ		
	とり肉とごぼうのサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング	とり肉(蒸)	キャベツ・ごぼう・にんじん	砂糖・マヨネーズ風ドレッシング	
	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	
	かしわもち			かしわもち	
7水	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	657 24.6
	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		
	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	
	いかフライのレモンしょうゆかけ	大豆・いか	レモン果汁	小麦粉・とうもろこしでん粉 キャッサバでん粉・米ぬか油・砂糖	
8木	★ツイストパン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		★ツイストパン	667 27.6
	★ポタージュスープ	★牛乳・ショルダーベーコン・★脱脂粉乳 ★チーズ	たまねぎ・にんじん	じゃがいも・★ベシャメルソースの素 ★生クリーム	
	サワーキャベツ		キャベツ・きゅうり・にんじん スイートコーン・レモン果汁	砂糖	
	とり肉のトマト煮込み	とり肉	たまねぎ・ピーマン・トマト・バジル	砂糖・オリーブ油・じゃがいもでん粉	
9金	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	642 25.7
	じゃがいものそぼろ煮	ぶた肉・けずりぶし	たまねぎ・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	
	きびなごのから揚げ	きびなご	しょうが	米粉・キャッサバでん粉・砂糖・米ぬか油	
12月	麦ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		麦ごはん	640 27.8
	豚丼	ぶた肉	たまねぎ・しらたき・にんじん・しょうが	砂糖	
	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	
	★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	
13火	中華めん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		中華めん	688 28.8
	とんこつラーメン	ぶた肉・かまぼこ	たまねぎ・キャベツ・もやし・にんじん 根深ねぎ・しょうが・にんにく	じゃがいもでん粉	
	中華あえ	まぐろ(油漬)	キャベツ・にんじん・きゅうり	砂糖・ごま油	
	揚げしゅうまい	ぶた肉	しょうが・たまねぎ	小麦粉・じゃがいもでん粉・砂糖・米ぬか油	
	コーヒー牛乳の素			コーヒー牛乳の素	
14水	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	675 28.1
	生揚げと野菜のうま煮	生揚げ・ぶた肉・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	
	ごま酢あえ		キャベツ・もやし・きゅうり・しょうが	砂糖・ごま	
	いわしの梅煮	いわし	梅干し	じゃがいもでん粉・砂糖	
15木	★スライスパン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		★スライスパン	626 26.3
	オニオンスープ	とり肉・ベーコン	たまねぎ・にんじん・パセリ	じゃがいも	
	ビーンズサラダ	大豆	キャベツ・にんじん・きゅうり	コールスロドレッシング	
	ミートボール	大豆・とり肉	たまねぎ	小麦粉・とうもろこしでん粉 キャッサバでん粉・砂糖・なたね油・ラード	
	いちごジャム		いちごジャム		
16金	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	620 23.9
	キムチ入りみそ汁	豆腐・豆みそ・ぶた肉・けずりぶし	キムチ・だいこん・こんにやく・にんじん ごぼう・根深ねぎ		
	とり肉とみつばのサラダ	とり肉(蒸)	キャベツ・にんじん・みつば	ごまドレッシング	
	ししゃもフライ	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	
19月	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	633 27.6
	かしわ汁	とり肉・油揚げ・けずりぶし	だいこん・にんじん・根深ねぎ		
	じゃがいもと大豆のサラダ ◇和風ドレッシング	大豆	にんじん・きゅうり	じゃがいも・和風ドレッシング	
	さわらの西京焼き	さわら・米みそ		砂糖	
20火	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	638 25.6
	みそ汁	豆腐・ミックスみそ・油揚げ・けずりぶし	にんじん・葉ねぎ・しいたけ	じゃがいも	
	アーモンドあえ		キャベツ・もやし・ほうれんそう・にんじん	アーモンド・砂糖	
	とよたひまわりポークの しょうが炒め	ぶた肉	たまねぎ・しょうが	砂糖・米ぬか油	
	抹茶水ようかん			抹茶水ようかん	
21水	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	653 26.4
	わかめスープ	豆腐・ショルダーベーコン・わかめ	たまねぎ・にんじん		
	野菜たっぷり糸こんにゃくチャブチェ	ぶた肉	しらたき・にんじん・ごぼう・ピーマン にんにく	砂糖・ごま・ごま油	
	とり肉の香味ソースかけ	とり肉	根深ねぎ・しょうが	とうもろこしでん粉・米ぬか油・砂糖・ごま油	
22木	★米粉パン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		★米粉パン	661 26.3
	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	
	ミックスフルーツ		黄桃・パインアップル・みかん		
	ぎょうざ	大豆・とり肉・ぶた肉	にら・キャベツ・たまねぎ	小麦粉・とうもろこしでん粉 キャッサバでん粉・ラード	

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	
23金	麦ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		麦ごはん	696 24.9
	ハヤシライス	ぶた肉	たまねぎ・にんじん・トマト・グリーンピース	じゃがいも・ハヤシルウ	
	アスパラサラダ		キャベツ・アスパラガス・スイートコーン	コールスロードレッシング	
	★チーズオムレツ	★鶏卵・★チーズ		キャッサバでん粉・砂糖・なたね油・パーム油	
26月	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	659 29.3
	★かきたま汁	豆腐・★鶏卵・とり肉・かまぼこ・けずりぶし	えのきたけ・みつば	じゃがいもでん粉	
	スパイシーひじき（カレー風味）	ひじき・けずりぶし	にんじん・れんこん・えだまめ	砂糖・米ぬか油	
	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	
	プチゼリー（アセロラ）			プチゼリー（アセロラ）	
27火	★サンドイッチロール・★飲用牛乳	★飲用牛乳		★サンドイッチロール	622 23.8
	ミネストローネ	ショルダーベーコン	たまねぎ・トマト・にんじん・にんにく パセリ	じゃがいも・マカロニ・オリーブ油	
	ツナサラダ	まぐろ（油漬）	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	
	とんカツドッグ ◇中濃ソース（ドッグ用）	大豆・ぶた肉		小麦粉・とうもろこしでん粉 キャッサバでん粉・米ぬか油	
	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	
28水	じゃがいものみそ汁	豆腐・豆みそ・けずりぶし・わかめ	たまねぎ・根深ねぎ	じゃがいも	644 26.6
	山菜ごはん	とり肉・油揚げ・けずりぶし	にんじん・ふき・わらび・みず・たけのこ えのきたけ	砂糖	
	さばの煮つけ	さば	しょうが	砂糖	
	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	
29木	ふだま汁 たべまるのおすすめ	かまぼこ・けずりぶし	だいこん・にんじん・しめじ・みつば	豆玉ふ	667 23.3
	和風サラダ ◇和風ドレッシング	まぐろ（油漬）	キャベツ・きゅうり・にんじん	ごま・砂糖・和風ドレッシング	
	レバーとじゃがいもの甘辛煮 	とり肉・とりレバー		とうもろこしでん粉・じゃがいも じゃがいもでん粉・米ぬか油・砂糖	
	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	
30金	豆腐の中華煮	豆腐・ぶた肉・えび	はくさい・たまねぎ・にんじん	砂糖・じゃがいもでん粉・ごま油	653 26.2
	拌三絲（バンサンルー）		キャベツ・きゅうり・にんじん	はるさめ・砂糖・ごま油	
	シウロンポウ	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	
	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	

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」
・・・水煮大豆、豆腐、油揚げ、生揚げ
- ぶた肉「とよたひまわりポーク」
- キャベツ
- はくさい・・・キムチ
- 葉ねぎ
- しいたけ
- てん茶
- 抹茶・・・抹茶水ようかん



今月の季節の食材



さわら



きびなご



かつお



じゃがいも



山菜



茶（てん茶・抹茶）



わかめ



アスパラガス

5月5日はこどもの日

2日（金）こどもの日献立

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。

- ・かつおのそぼろ丼・若竹汁・かしわもち

すくすく元気に育つように願いをこめて、たけのこを使用した若竹汁を提供します。



20日（火）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。

- ごはん・・・米（大地の風）
- とよたひまわりポークのしょうが炒め・・・ぶた肉（とよたひまわりポーク）
- アーモンドあえ・・・キャベツ
- みそ汁・・・豆腐、油揚げ、しいたけ、葉ねぎ
- 抹茶水ようかん・・・抹茶



たべまるのおすすめ

今月は、29日（木）の【レバーとじゃがいもの甘辛煮】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。
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。