



日曜日	曜日	献立名	主に体の組織をつくる食品群		主に体の調子を整える食品群		主にエネルギーになる食品群		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
			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	
1	木	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		794 30. 3
		ちくわのお茶揚げ	ちくわ		てん茶		小麦粉	米ぬか油	
		おかかあえ	かつお節			キャベツ・もやし	砂糖		
		じゃがいものそぼろ煮	とり肉・けずりぶし		にんじん さやいんげん	たまねぎ	じゃがいも・砂糖		
2	金	麦ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		825 29. 8
		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	
		ごぼうサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング	とり肉		にんじん	キャベツ・ごぼう	砂糖	マヨネーズ風ドレッシング	
		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			
		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		835 36. 0
		きびなごのから揚げ		きびなご		しょうが	米粉・砂糖 キャッサバでん粉	米ぬか油	
		ツナあえ	まぐろ（油漬）		チンゲンサイ	キャベツ	砂糖		
		親子煮	鶏卵・とり肉		にんじん・葉ねぎ	たまねぎ・しいたけ	じゃがいも・砂糖 じゃがいもでん粉		
8	木	麦ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		798 33. 7
		シンガポールチキンライス	とり肉			しょうが・にんにく レモン果汁	砂糖	ごま油	
		野菜のオイスターソース炒め			チンゲンサイ	キャベツ・もやし			
		えびのカレースープ	生揚げ・豆乳・えび		にんじん	たまねぎ			
		コーヒー牛乳の素					コーヒー牛乳の素		
9	金	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		814 30. 2
		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・砂糖 じゃがいもでん粉	米ぬか油	
		わかめの酢の物		わかめ		キャベツ・きゅうり	砂糖		
		呉汁	豆腐・大豆・豆乳 米みそ・けずりぶし		にんじん・葉ねぎ	だいこん・ごぼう こんにゃく			
12	月	スライspan・飲用牛乳		飲用牛乳			スライspan		836 31. 9
		ハンバーグサンド	牛肉・とり肉・ぶた肉			たまねぎ	小麦粉・砂糖 じゃがいもでん粉		
		ポテトサラダ				きゅうり スイートコーン	じゃがいも	サウザンアイランド ドレッシング	
		キャベツのクリームスープ	ショルダーベーコン	牛乳・脱脂粉乳 チーズ	にんじん	キャベツ・たまねぎ		ベシヤメルソースの素 生クリーム	
13	火	山菜まぜごはん・飲用牛乳	とり肉	飲用牛乳	にんじん	わらび・ふき・みず ごぼう・しめじ	麦ごはん・砂糖		796 30. 0
		ししゃもフライ・◆中濃ソース	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	
		あおさ汁	豆腐・豆みそ けずりぶし	あおさ	にんじん・葉ねぎ	だいこん・えのきたけ			
14	水	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		793 29. 7
		厚焼き卵	鶏卵				キャッサバでん粉 砂糖	なたね油・大豆油	
		青菜あえ			にんじん・菜めし粉	もやし 切干しだいこん			
		肉じゃが	ぶた肉		にんじん さやいんげん	たまねぎ・しらたき	じゃがいも・砂糖		
15	木	中華めん・飲用牛乳		飲用牛乳			中華めん		806 32. 5
		しょうゆラーメン	ぶた肉	わかめ	にんじん チンゲンサイ	もやし・たまねぎ			
		揚げしゅうまい	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・米ぬか油	
		ひじきサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング	大豆・まぐろ（油漬）	ひじき		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	
		乾燥小魚		いわし			砂糖・水あめ		
16	金	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		792 35. 8
		さわらの西京焼き	さわら・米みそ				砂糖		
		きんぴらごぼう	まぐろ（油漬）		にんじん さやいんげん	ごぼう	砂糖	ごま・ごま油	
		かしわ汁	とり肉・けずりぶし		にんじん・葉ねぎ	だいこん・はくさい			
19	月	米粉パン・飲用牛乳		飲用牛乳			米粉パン		863 37. 1
		チキンナゲット	とり肉・大豆			にんにく	とうもろこしでん粉 小麦粉	米ぬか油・パーム油 大豆油・なたね油 ラード	
		チーズサラダ		チーズ	にんじん	キャベツ・きゅうり		コールスロドレッシング	
		ポークビーンズ	大豆・ぶた肉		にんじん	たまねぎ マッシュルーム	じゃがいも・砂糖		
20	火	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		791 31. 3
		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	
		アーモンドあえ			ほうれんそう にんじん	キャベツ・もやし	砂糖	アーモンド	
		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		
		抹茶水ようかん					抹茶水ようかん		

日曜日	曜日	献立名	主に体の組織をつくる食品群		主に体の調子を整える食品群		主にエネルギーになる食品群		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
			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	
21	水	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		843 34.6
		いわしの梅煮	いわし			梅干し	じゃがいもでん粉 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	
		生揚げと野菜のうま煮	生揚げ・ぶた肉 けずりぶし		にんじん さやいんげん	たまねぎ	じゃがいも・砂糖		
22	木	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		866 30.5
		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・水あめ じゃがいもでん粉	大豆油・米ぬか油	
		ナムル			にんじん・こまつな	もやし・はくさい		ごま油・ごま	
		麻婆豆腐	豆腐・ぶた肉 豆みそ		にんじん・葉ねぎ	たまねぎ・しいたけ しょうが	じゃがいもでん粉 砂糖	ごま油	
23	金	麦ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		848 29.8
		ハヤシライス	ぶた肉	脱脂粉乳	にんじん トマトピューレー	たまねぎ マッシュルーム	じゃがいも	ハヤシルウ	
		アスパラサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング	まぐろ（油漬）		アスパラガス にんじん	キャベツ		マヨネーズ風ドレッシング	
		オレンジ（生）				オレンジ（生）			
26	月	代 休							
27	火	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		845 33.7
		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	
		糸昆布の炒め煮	まぐろ（油漬）	こんぶ	にんじん		じゃがいも・砂糖	ごま油	
		かきたま汁	とり肉・鶏卵 かまぼこ・けずりぶし		にんじん・葉ねぎ	たまねぎ・しいたけ	じゃがいもでん粉		
28	水	ひじきごはん・飲用牛乳	とり肉	飲用牛乳・ひじき	にんじん	こんにゃく・ごぼう	麦ごはん・砂糖		794 31.7
		レバー入りつくね	とり肉・とりレバー			たまねぎ	米粉・砂糖 じゃがいもでん粉	なたね油	
		じゃがいものみそ汁	生揚げ・豆みそ けずりぶし		にんじん・葉ねぎ	たまねぎ・えのきたけ	じゃがいも		
29	木	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		827 29.0
		油淋鶏（ユーリンチー）	とり肉		葉ねぎ	しょうが	じゃがいもでん粉 砂糖	米ぬか油・ごま油	
		チャプチェ	まぐろ（油漬）		チンゲンサイ にんじん	たまねぎ・しいたけ	はるさめ・砂糖	ごま油・ごま	
		中華スープ	豆腐 ショルダーベーコン		にんじん	たまねぎ・はくさい スイートコーン	じゃがいもでん粉		
30	金	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		846 39.0
		さばの銀紙焼き	米みそ・さば				米粉・砂糖		
		たくあんあえ				キャベツ・たくあん漬 きゅうり		ごま	
		高野豆腐のうま煮	とり肉・凍り豆腐 けずりぶし		にんじん さやいんげん	はくさい・たまねぎ	砂糖 じゃがいもでん粉		

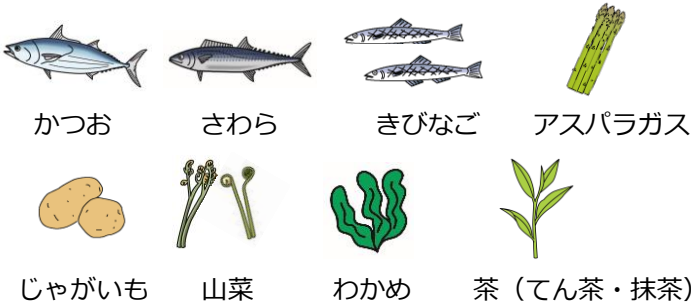
5月の目標「すききらいなく食べよう」

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SPAN、中華めん
- 大豆「フクユタカ」
・・・水煮大豆、豆腐、油揚げ、生揚げ
豆みそ
- ぶた肉「とよたひまわりポーク」
- てん茶
- 抹茶・・・抹茶水ようかん



今月の季節の食材



たべまるのおすすめ

今月は、9日（金）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。



▲豊田市クックパッド公式キッチンはこちらから

たべまる給食

検索



5月5日はこどもの日

2日（金）こどもの日献立

- ・かつおのそぼろ丼
- ・若竹汁・かしわもち

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。



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）
- みそ汁・・・豆腐、油揚げ
- 抹茶水ようかん・・・抹茶



※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・ソースは、学級で配膳する時に使用します。