



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	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	504 19.6
	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	
2金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	504 20.6
	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	
7水	米粉パン・飲用牛乳	飲用牛乳		米粉パン	539 21.6
	炒めビーフン	ぶた肉・はんぺん	キャベツ・にんじん	ビーフン・砂糖・米ぬか油	
	ミックスフルーツ		黄桃・パイナップル・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	
8木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	545 19.2
	ふだま汁	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	
	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	
9金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	487 20.1
	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	
	キャベツのあえもの		キャベツ・もやし・ほうれんそう にんじん	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	
12月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	495 19.6
	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	
	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	
	プチゼリー(アセロラ)			プチゼリー(アセロラ)	
13火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	499 19.5
	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	
	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	
14水	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	495 18.5
	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	
	コーヒー牛乳の素			コーヒー牛乳の素	
15木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	457 17.5
	豚汁	豆腐・豆みそ・ぶた肉・けずりぶし	だいこん・こんにゃく・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	
16金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	542 22.2
	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	
	いわしのみそ煮	豆みそ・いわし	葉ねぎ	砂糖	
19月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	538 21.8
	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	
20火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	529 21.2
	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	
21水	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	523 22.4
	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	
22木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	500 16.5
	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	
	チキンナゲット	大豆・とり肉	にんにく	小麦粉・とうもろこしでん粉 コーングリッツ・大豆油・なたね油 パーム油・ラード・米ぬか油	



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	ツイストパン・飲用牛乳	飲用牛乳		ツイストパン	522 21.9
	ポタージュスープ	牛乳・シヨルダーベーコン・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	
26月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	571 24.1
	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	
27火	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	571 20.2
	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	
28水	スライスパン・飲用牛乳	飲用牛乳		スライスパン	460 20.0
	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	コールスロードレッシング	
	ミートボール(2個)	大豆・とり肉	たまねぎ	小麦粉・とうもろこしでん粉・ラード キャッサバでん粉・砂糖・なたね油	
	いちごジャム		いちごジャム		
29木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	525 21.4
	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	
	山菜ごはん	とり肉・油揚げ・けずりぶし	にんじん・たけのこ・えのきたけ わらび・ふき・みず	砂糖	
	さばの煮つけ	さば	しょうが	砂糖	
30金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	511 18.5
	五目スープ	ぶた肉	チンゲンサイ・もやし・にんじん たけのこ	はるさめ・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(2個)	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	

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
- 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 ●葉ねぎ
- しいたけ ●てん茶



今月の季節の食材



きびなご



かつお



じゃがいも



山菜



茶(てん茶)



わかめ



アスパラガス

5月5日はこどもの日

1日(木) 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

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。



9日(金) 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)
- キャベツのあえもの・・・キャベツ
- みそ汁・・・豆腐、油揚げ、しいたけ、葉ねぎ



たべまるのおすすめ

今月は、8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。

※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。