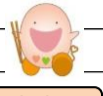




日曜日	献立名	赤のグループ	緑のグループ	黄のグループ	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		主に体をつくるものになる食品 魚・肉・卵・豆・豆製品 牛乳・乳製品・骨ごと食べられる小魚・海藻	主に体の調子を整えるものになる食品 色のこい野菜 その他の野菜・きのこ・果物	主にエネルギーのもとになる食品 米・パン・めん・いも・砂糖・菓子 油脂類・種実類	
2月	クロロール・飲用牛乳	飲用牛乳		クロロール	462 19.3
	照り焼きハンバーグ	大豆・とり肉・ぶた肉	たまねぎ	とうもろこしでん粉・キャッサバでん粉 ラード・砂糖・じゃがいもでん粉	
	ツナマヨサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング	まぐろ (油漬)	キャベツ・にんじん・きゅうり	マヨネーズ風ドレッシング	
	ミネストローネ	ショルダーベーコン	トマト・だいこん・たまねぎ・にんじん セロリ・にんにく・パセリ	じゃがいも・オリーブ油	
3火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	523 20.5
	厚焼き卵	鶏卵		キャッサバでん粉・砂糖・なたね油・大豆油	
	のり酢あえ	まぐろ (油漬) ・ のり	にんじん・キャベツ・もやし・レモン果汁	ごま・砂糖	
	肉じゃが	ぶた肉	たまねぎ・にんじん・しらたき・さやいんげん	じゃがいも・砂糖	
4水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	528 24.8
	まぐろと大豆のみそがらめ	まぐろ・大豆・豆みそ	しょうが	米ぬか油・砂糖・じゃがいもでん粉・ごま	
	かみかみサラダ	とり肉	キャベツ・きゅうり・切干しいんじん	和風ドレッシング	
	けんちん汁	豆腐・けずりぶし	にんじん・ごぼう・根深ねぎ・しめじ		
5木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	494 20.4
	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	
	チンジャオロース	ぶた肉	たけのこ・たまねぎ・ピーマン・しょうが	じゃがいもでん粉・米ぬか油・砂糖	
	中華卵スープ	鶏卵・ショルダーベーコン	キャベツ・チンゲンサイ・にんじん スイートコーン・根深ねぎ		
6金	わかめごはん・飲用牛乳	飲用牛乳・わかめ		ごはん・砂糖	512 19.8
	いかカツ	大豆・いか		小麦粉・とうもろこしでん粉・砂糖 じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉 大豆油・なたね油・パーム油・米ぬか油	
	厚切りきゅうりの昆布和え	こんぶ	きゅうり・もやし	砂糖	
	きのこの白みそ汁	豆腐・米みそ・油揚げ・けずりぶし	にんじん・えのきたけ・しいたけ・しめじ	じゃがいも	
9月	スライスパン・飲用牛乳	飲用牛乳		スライスパン	492 22.8
	オムレツ	鶏卵		キャッサバでん粉・砂糖・なたね油・大豆油	
	チリコンカン	大豆・ぶた肉	たまねぎ・にんにく		
	根菜のスープ煮	ウインナー	たまねぎ・にんじん・さやいんげん・ごぼう スイートコーン・しめじ・ローリエ	じゃがいも	
10火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	579 28.3
	さばの煮つけ	さば	しょうが	砂糖	
	しらたきのごまあえ		キャベツ・しらたき・チンゲンサイ	ごま・砂糖	
	えびと高野豆腐のうま煮	えび・とり肉・ちくわ・凍り豆腐・けずりぶし	たまねぎ・にんじん	砂糖・じゃがいもでん粉	
11水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	581 20.4
	大学いも			さつまいも・米ぬか油・砂糖	
	中華あえ		もやし・キャベツ・チンゲンサイ	ごま油・砂糖・ごま	
	麻婆豆腐	豆腐・ぶた肉・豆みそ	たまねぎ・にんじん・葉ねぎ・しいたけ しょうが	じゃがいもでん粉・砂糖・ごま油	
12木	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	560 23.2
	ミンチカツ	大豆・ぶた肉	たまねぎ	小麦粉・とうもろこしでん粉 じゃがいもでん粉・砂糖・なたね油・米ぬか油	
	手作りふりかけ	まぐろ (油漬) ・ ちりめんじゃこ・かつお節 ひじき	にんじん・ピーマン	砂糖	
	具だくさん汁	ぶた肉・かまぼこ・けずりぶし	たまねぎ・にんじん・えのきたけ・葉ねぎ	じゃがいも	
13金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	540 21.3
	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	
	五目きんぴら	ぶた肉	ごぼう・こんにゃく・にんじん・さやいんげん	砂糖・ごま・ごま油	
	ちゃんこ汁	肉だんご・ミックスみそ	だいこん・にんじん・根深ねぎ	じゃがいもでん粉	
16月	サンドイッチパンズ・飲用牛乳	飲用牛乳		サンドイッチパンズ	528 24.5
	えびカツ・◆中濃ソース	大豆・えび・すけとうだら	たまねぎ	小麦粉・とうもろこしでん粉・砂糖 じゃがいもでん粉・なたね油・米ぬか油	
	コーンサラダ	まぐろ (油漬)	キャベツ・きゅうり・スイートコーン	コーンクリーミードレッシング	
	ポタージュスープ	とり肉・牛乳・チーズ	たまねぎ・にんじん・パセリ	じゃがいも・ベシヤメルソースの素 生クリーム	
17火	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	520 20.3
	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	
	豚にら丼	ぶた肉	たまねぎ・にら	砂糖・米ぬか油	
	かぼちゃのみそ汁	米みそ・けずりぶし	かぼちゃ・だいこん・にんじん・えのきたけ 根深ねぎ		
18水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	559 21.5
	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・砂糖・米粉 大豆油・米ぬか油	
	おひたし		キャベツ・もやし・にんじん	砂糖	
	生揚げの卵とじ	生揚げ・鶏卵・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	
	抹茶ふりかけ			抹茶ふりかけ	
19木	豊田めん・飲用牛乳	飲用牛乳		豊田めん	607 24.9
	ミートソースかけ	ぶた肉・チーズ	たまねぎ・にんじん・マッシュルーム・パセリ	ハヤシルウ・米ぬか油	
	チキンサラダ	とり肉	キャベツ・スイートコーン・にんじん	サウザンアイランドドレッシング	
	フルーツゼリーミックス		パインアップル・黄桃	カクテルゼリー	



たべまるのおすすめ

歯と口の健康週間



愛知を食べる 学校給食の日

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	
20金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	545 19.5
	とりの肉のケチャップソースかけ	とりの肉・豆みそ	にんにく	じゃがいもでん粉・米ぬか油・砂糖	
	切干しだいこんのチャプチェ	まぐろ（油漬）	にんじん・切干しだいこん・しいたけ ピーマン・しょうが・にんにく	砂糖・ごま油・ごま	
	春雨スープ	かまぼこ・シヨルダーベーコン	はくさい・チンゲンサイ・にんじん スイートコーン・しいたけ	はるさめ	
23月	米粉パン・飲用牛乳	飲用牛乳		米粉パン	518 23.3
	ウインナー	ウインナー			
	コールスローサラダ		キャベツ・スイートコーン・にんじん	コールスロードレッシング	
	なすとペンネのトマト煮	とりの肉	トマト・たまねぎ・なす・にんじん	マカロニ・砂糖	
24火	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	517 19.8
	ぎょうざ	大豆・とりの肉・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	
	ビビンバ丼・みそたれ	ぶた肉・みそたれ	もやし・チンゲンサイ・にんじん	ごま油・ごま・砂糖	
	モロヘイヤのスープ	シヨルダーベーコン	キャベツ・にんじん・モロヘイヤ		
25水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	492 19.1
	めひかりフライ・◆中濃ソース	めひかり		小麦粉・米ぬか油	
	ひじきの炒め煮	大豆・まぐろ（油漬）・ひじき	にんじん	じゃがいも・砂糖・米ぬか油	
	かしわ汁	とりの肉・けずりぶし	だいこん・たまねぎ・にんじん・根深ねぎ		
26木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	529 21.3
	レバーとこんにやくの甘辛煮	とりの肉・とりレバー	こんにやく	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		キャベツ・もやし・きゅうり・しそ（粉）	ごま	
	豚汁	豆腐・ぶた肉・豆みそ・けずりぶし	だいこん・にんじん・ごぼう・葉ねぎ		
27金	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	565 20.7
	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）	
	カラフルソテー	ウインナー	キャベツ・にんじん・えだまめ スイートコーン		
	メロン（生）		メロン（生）		
30月	ツイストパン・飲用牛乳	飲用牛乳		ツイストパン	475 22.0
	パオズ	ぶた肉・ぶたレバー・大豆	キャベツ・根深ねぎ・しょうが	小麦粉・砂糖・とうもろこしでん粉・ラード	
	棒々鶏（バンバンジー）	とりの肉	キャベツ・きゅうり	バンバンジードレッシング	
	炒めビーフン	ぶた肉	キャベツ・にんじん・さやいんげん	ビーフン・砂糖・米ぬか油	

## 6月の目標「よくかんで食べよう」

### 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、豊田めん
- 大豆「フクユタカ」  
…水煮大豆、豆腐、油揚げ、生揚げ  
豆みそ
- 茶…抹茶ふりかけ



### 18日（水）愛知を食べる学校給食の日

豊田市や愛知県でとれた地場産物を使用した給食です。

ごはん・生揚げの卵とじ  
おひたし・抹茶ふりかけ



### 4日～10日 歯と口の健康週間【かみかみ献立】

給食では、かみごたえのある食品や  
歯を丈夫にする食品を取り入れています。



### 今月の季節の食材



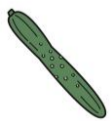
モロヘイヤ



チンゲンサイ



さやいんげん



きゅうり



たまねぎ



じゃがいも



メロン

### たべまるのおすすめ

今月は、3日（火）の【のり酢あえ】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。