



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となる食品 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となる食品 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となる食品 米・パン・めん・いも・砂糖・菓子 油脂類・種実類	
2月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	508 17.5
	豆腐の中華煮	豆腐・ぶた肉	たまねぎ・はくさい・にんじん	じゃがいもでん粉・砂糖・米ぬか油・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	
	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	
3火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	527 19.0
	肉じゃが	ぶた肉	たまねぎ・しらたき・にんじん	じゃがいも・砂糖	
	たくあんあえ		キャベツ・たくあん漬・きゅうり	ごま・砂糖	
	めひかりフライ	めひかり		小麦粉・米ぬか油	
4水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	547 24.3
	けんちん汁	豆腐・油揚げ・けずりぶし	にんじん・根深ねぎ・ごぼう		
	かみかみサラダ ◇和風ドレッシング	とり肉 (蒸)	キャベツ・きゅうり・切干しだいこん	砂糖・和風ドレッシング	
	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	
5木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	460 17.4
	すまし汁	豆腐・けずりぶし	たまねぎ・にんじん・しめじ・みつば		
	切干しだいこんのソース炒め	ぶた肉・ちくわ・かつお節・あおのり	キャベツ・切干しだいこん	米ぬか油	
	さかなナゲット	大豆・いか・あじ・たら・たちうお・いわし	たまねぎ	小麦粉・砂糖・大豆油	
6金	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	485 19.7
	コーンチャウダー	牛乳・ショルダーベーコン・チーズ	たまねぎ・スイートコーン・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	
	サラダ		キャベツ・きゅうり・にんじん	コールスロドレッシング	
	ハンバーガー ◇中濃ソース (バーガー用)	とり肉・ぶた肉		じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉 砂糖・ラード	
9月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	523 20.3
	とり肉と野菜のうま煮	とり肉・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・米ぬか油	
	いり大豆あえ	油揚げ・大豆	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	
10火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	454 16.2
	あおさ汁	豆腐・ミックスみそ・油揚げ けずりぶし・あおさ	たまねぎ・にんじん・根深ねぎ	じゃがいも	
	青菜あえ		キャベツ・もやし・にんじん・菜めし粉		
	ししやもフライ ◆ウスターソース	大豆・からふとししやも		小麦粉・キャッサバでん粉・米ぬか油	
11水	小型ロール・飲用牛乳	飲用牛乳		小型ロール	522 20.0
	ミートスパゲティ	ぶた肉	たまねぎ・トマト・にんじん・グリーンピース	スパゲティ・米ぬか油	
	ビーンズマセドアン ◇マヨネーズ風ドレッシング	大豆	きゅうり・にんじん	じゃがいも・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	
12木	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	502 16.8
	中華飯	ぶた肉・いか	たまねぎ・はくさい・にんじん もやし・チンゲンサイ	じゃがいもでん粉	
	華風あえ	とり肉 (蒸)	キャベツ・きゅうり	はるさめ・砂糖・ごま油	
	大学いも (2個)			さつまいも・米ぬか油・砂糖	
13金	ツイストパン・飲用牛乳	飲用牛乳		ツイストパン	504 17.4
	パスタスープ	ベーコン	たまねぎ・キャベツ・にんじん	じゃがいも・マカロニ	
	コーンサラダ		キャベツ・スイートコーン・きゅうり	フレンチドレッシング	
	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	
	コーヒー牛乳の素			コーヒー牛乳の素	
16月	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	454 17.2
	わかめスープ	豆腐・わかめ	たまねぎ・にんじん		
	ピビンバ丼	ぶた肉	もやし・ほうれんそう・にんじん・しょうが	砂糖・ごま油・ごま・米ぬか油	
	パイナップル		パイナップル		
17火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	556 21.0
	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	
	おひたし		キャベツ・もやし・にんじん	砂糖	
	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	
	抹茶ふりかけ			抹茶ふりかけ	
18水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	555 21.3
	豚汁	豆腐・ぶた肉・豆みそ・油揚げ・けずりぶし	にんじん・だいこん・ごぼう・根深ねぎ		
	ひじきサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング	ひじき	キャベツ・きゅうり・にんじん スイートコーン	砂糖・マヨネーズ風ドレッシング	
	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	
19木	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	578 19.4
	カレーライス	ぶた肉・チーズ・脱脂粉乳	たまねぎ・にんじん・グリーンピース	じゃがいも・カレールー (甘口・辛口)	
	チキンサラダ	とり肉 (蒸)	キャベツ・きゅうり・にんじん	たまねぎドレッシング	
	レモンポンチ		黄桃・パイナップル・みかん・レモン果汁		

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)
		主に体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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	米粉パン・飲用牛乳	飲用牛乳		米粉パン	542 22.6
	焼きそば	ぶた肉・ちくわ・いか・あおのり	キャベツ・にんじん	中華めん・米ぬか油	
	ごぼうサラダ		ごぼう・もやし・きゅうり にんじん・スイートコーン	ごまドレッシング	
	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	
23月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	575 16.1
	肉だんごのスープ	肉だんご	たまねぎ・にんじん・根深ねぎ・しょうが	じゃがいもでん粉	
	野菜のみそ炒め	ぶた肉・豆みそ	キャベツ・たまねぎ・にんじん	砂糖・ごま油	
	春巻き	ぶた肉	にんじん・キャベツ・たまねぎ	小麦粉・米粉・粉あめ・大豆油 ショートニング・ラード・米ぬか油	
24火	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	558 20.4
	豚丼	ぶた肉	たまねぎ・しらたき・にんじん・しょうが	砂糖・米ぬか油	
	かんぴょうサラダ		キャベツ・きゅうり スイートコーン・かんぴょう	ごまドレッシング・砂糖	
	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	
25水	スライスパン・飲用牛乳	飲用牛乳		スライスパン	518 20.9
	ポークビーンズ	大豆・ぶた肉・ベーコン	たまねぎ・にんじん・グリーンピース	じゃがいも・砂糖	
	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	
	ウインナー	ウインナー			
	ブルーベリージャム		ブルーベリージャム		
26木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	496 19.1
	かしわ汁	豆腐・とり肉・けずりぶし	にんじん・根深ねぎ		
	ゆかりあえ		キャベツ・もやし・きゅうり にんじん・しそ(粉)	砂糖	
	かつおのミンチカツ	かつお	しょうが・たまねぎ	小麦粉・砂糖・なたね油 とうもろこし油・米ぬか油	
27金	ごはん・飲用牛乳 たべまるのおすすめ	飲用牛乳		ごはん	532 18.7
	豆乳のバランスみそ汁	豆腐・豆乳・米みそ・油揚げ・けずりぶし	はくさい・だいこん・根深ねぎ	じゃがいも	
	のり酢あえ	まぐろ(油漬)・のり	キャベツ・もやし・にんじん・レモン果汁	ごま・砂糖	
	わんぱくじゃこ天	ウインナー・ちりめんじゃこ	たまねぎ・にんじん・根深ねぎ	小麦粉・米ぬか油	
30月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	535 19.9
	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	
	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	和風ドレッシング	
	レバーとこんにやくの甘辛煮	とり肉・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	

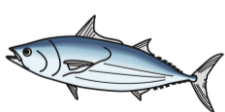
6月の目標「よくかんで食べよう」

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
- 大豆「フクユタカ」
・・・水煮大豆、豆腐、油揚げ、生揚げ
- にんじん
- じゃがいも
- 茶・・・抹茶ふりかけ



今月の季節の食材



かつお



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

17日(火) 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。



たべまるのおすすめ

今月は、27日(金)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。