



給食献立一覧表



日曜日	献立名	赤のグループ 主に体をつくるものになる食品		緑のグループ 主に体の調子を整えるものになる食品		黄のグループ 主にエネルギーのもとになる食品	
		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
9 木	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん	
	いか香味揚げ	いか すけとうだら 大豆	あおさ		たまねぎ	じゃがいもでん粉 とうもろこしでん粉 小麦粉	米ぬか油 なたね油
	切干しだいこんのごまマヨサラダ	とり肉			切干しだいこん キャベツ きゅうり レモン果汁		マヨネーズ風ドレッシング ごま
	ちゃんこ汁	肉だんご 油揚げ ミックスみそ		にんじん	根深ねぎ はくさい	じゃがいもでん粉	
10 金	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん	
	ツナサラダ	まぐろ (油漬)		にんじん	キャベツ もやし		コーンクリームドレッシング
	フルーツポンチ				黄桃 パインアップル	レモンゼリー	
	ハヤシライス	ぶた肉	チーズ 脱脂粉乳	にんじん トマトピューレー	たまねぎ グリーンピース マッシュルーム	じゃがいも	ハヤシルウ なたね油
13 月	ちらしずし 飲用牛乳	油揚げ	飲用牛乳	にんじん	れんこん たけのこ かんぴょう	ごはん 砂糖	
	かつおのおかか煮	かつお かつお節			しょうが	砂糖 じゃがいもでん粉	
	すまし汁 花見献立	かまぼこ 豆腐 けずりぶし		にんじん みつば	えのきたけ		
	プチゼリー (アセロラ)					プチゼリー (アセロラ)	
14 火	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん	
	春巻き	ぶた肉		にんじん なら	キャベツ もやし エリンギ	じゃがいもでん粉 小麦粉 水あめ	ごま油 大豆油 米ぬか油
	棒々鶏 (バンバンジー)	とり肉			キャベツ きゅうり もやし		バンバンジードレッシング
	坦々風スープ	ぶた肉 豆腐 豆みそ		チンゲンサイ	たけのこ えのきたけ スイートコーン		ごま
15 水	スライスパン 飲用牛乳		飲用牛乳			スライスパン	
	ハンバーグサンド	ぶた肉 とり肉 大豆			たまねぎ	砂糖 キャッサバでん粉 じゃがいもでん粉 とうもろこしでん粉	
	イタリアンサラダ			にんじん	キャベツ きゅうり		イタリアンドレッシング
	マカロニのクリーム煮	とり肉	牛乳 脱脂粉乳 チーズ	にんじん	たまねぎ グリーンピース	マカロニ	生クリーム バター 米粉のホワイトルウ
16 木	白玉うどん 飲用牛乳		飲用牛乳			白玉うどん	
	ししゃもフライ		からふとししゃも			小麦粉 コーンフラワー とうもろこしでん粉	米ぬか油
	ひじきと干しえびのサラダ	まぐろ (油漬)	ひじき 干しえび		きゅうり キャベツ スイートコーン	砂糖	マヨネーズ風ドレッシング
	カレーなんぼん	とり肉 油揚げ		にんじん	たまねぎ しいたけ 根深ねぎ	じゃがいもでん粉	なたね油 カレールウ
17 金	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん	
	厚焼き卵	鶏卵				砂糖 じゃがいもでん粉	なたね油
	ほうれんそうのおひたし	油揚げ		ほうれんそう にんじん	キャベツ もやし	砂糖	
	高野豆腐のうま煮	凍り豆腐 とり肉 けずりぶし		にんじん さいやいんげん	たまねぎ	じゃがいも 砂糖	
21 火	赤飯 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん もち米 あずき	
	えびカツ 入園・進級祝い献立	えび すけとうだら 大豆			たまねぎ	じゃがいもでん粉 とうもろこしでん粉 小麦粉	米ぬか油 なたね油
	和風サラダ	まぐろ (油漬)		にんじん	キャベツ きゅうり	砂糖	ごま 和風ドレッシング
	ふだま汁	豆腐 かまぼこ けずりぶし		にんじん みつば	しめじ	焼きふ	
22 水	米粉パン 飲用牛乳		飲用牛乳			米粉パン	
	かぼちゃコロッケ	とり肉 大豆		かぼちゃ	たまねぎ	小麦粉 砂糖 コーングリッツ	なたね油 大豆油 米ぬか油
	コールスローサラダ	ハム			キャベツ きゅうり スイートコーン		コールスロードレッシング
	ミネストローネ	とり肉		にんじん トマト トマトピューレー パセリ	たまねぎ にんにく	じゃがいも マカロニ	オリーブ油
23 木	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん	
	いわしのしょうが煮	いわし			しょうが	砂糖 じゃがいもでん粉	
	ひじきの炒め煮	大豆 まぐろ (油漬)	ひじき	にんじん	しいたけ たけのこ	砂糖	なたね油
	豚汁	ぶた肉 豆腐 豆みそ		にんじん	ごぼう だいこん こんにゃく		
24 金	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん	
	レバーと大豆のみそがらめ	大豆 とり肉 とりレバー 豆みそ			しょうが	じゃがいもでん粉 砂糖	米ぬか油 ごま
	ゆかりあえ			しそ (粉)	キャベツ きゅうり もやし		
	八杯汁	豆腐 けずりぶし	こんぶ	にんじん	だいこん ごぼう 根深ねぎ	さといも じゃがいもでん粉	

日曜日	献立名	赤のグループ 主に体をつくるものとなる食品		緑のグループ 主に体の調子を整えるものとなる食品		黄のグループ 主にエネルギーのものとなる食品	
		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
27月	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん	
	とり肉のから揚げ	とり肉			しょうが	じゃがいもでん粉	米ぬか油
	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	砂糖	ごま
	豆乳のバランスみそ汁	豆乳 油揚げ けずりぶし 米みそ		にんじん	はくさい だいこん 根深ねぎ	じゃがいも	
28火	たけのこごはん 飲用牛乳	とり肉	飲用牛乳	にんじん	たけのこ しめじ	麦ごはん 砂糖	
	さばの銀紙焼き	さば 米みそ				砂糖 米粉	
	のっぺい汁	ちくわ けずりぶし		にんじん	だいこん こんにやく 根深ねぎ ごぼう	さといも じゃがいもでん粉	ごま油
	ヨーグルト		ヨーグルト				
30木	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん	
	揚げコーンしゅうまい	すけとうだら 豆腐 大豆			たまねぎ スイートコーン	じゃがいもでん粉 小麦粉 砂糖	ラード 米ぬか油
	うま塩キャベツ			にんじん	キャベツ きゅうり 切干しだいこん にんにく		ごま油
	豆腐の中華煮 たべまるのおすすめ	豆腐 とり肉		にんじん こまつな	たまねぎ はくさい	砂糖 じゃがいもでん粉	ごま油

4月の目標
「楽しく給食を食べよう」

豊田の農産物

- 米「大地の風」
・・・麦ごはん、ごはん
赤飯、米粉パン
- 小麦「きぬあかり」
・・・スライSPAN
- 大豆「フクユタカ」
・・・水煮大豆



献立一覧表では、食品を体内での働きによって6つの基礎食品群に分けています。



※給食は、1日に必要な栄養素の1/3を摂取できるように献立を作成しています。
普段の食事で不足しがちなカルシウムは、成長期に特に必要な栄養素で、およそ1/2を摂取できるようにしています。

普段の食事でも、6つの基礎食品群の食品をバランスよく組み合わせて食べましょう。



<今月の季節の食材>

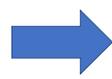


たべまるのおすすめ

今年度も【豊田市の学校給食人気料理】をたべまる給食としてレシピを紹介していくまる!

4月は、30日(木)の【うま塩キャベツ】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



入園・進級祝い献立

21日(火)

- ・赤飯
- ・えびカツ
- ・和風サラダ
- ・ふだま汁
- ・いちごクレープ(卵乳小麦なし)

花見献立

13日(月)

- ・ちらしずし

※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。