

2026年度 4月		給食献立一覧表		献立B		東部給食センター 保育課			
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				
1	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	485 20.8			
		具だくさんみそ汁	豆腐・ぶた肉・豆みそ・油揚げ・けずりぶし	だいこん・にんじん・ごぼう・根深ねぎ					
		たくあんあえ		キャベツ・たくあん漬・きゅうり	ごま・砂糖				
		いか香味揚げ	大豆・いか・すけとうだら・あおさ	たまねぎ	小麦粉・とうもろこしでん粉 じゃがいもでん粉・なたね油・米ぬか油				
2	木	ツイストパン・飲用牛乳	飲用牛乳		ツイストパン	537 18.1			
		コーンクリームスープ	牛乳・ショルダーベーコン・脱脂粉乳・チーズ	スイートコーン・たまねぎ・パセリ	ベシヤメルソースの素・生クリーム				
		ポテトサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング		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				
3	金	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	460 18.0			
		沢煮わん	ぶた肉・油揚げ・けずりぶし	たけのこ・ごぼう・にんじん・しいたけ みつば・しょうが	米ぬか油				
		キャベツの昆布あえ	こんぶ	キャベツ・もやし・にんじん	砂糖				
		そばろ井	まぐろ（油漬）	スイートコーン・グリーンピース	砂糖・ごま				
6	月	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	546 17.1			
		ハヤシライス	ぶた肉	たまねぎ・にんじん・トマト	じゃがいも・ハヤシルウ				
		チーズサラダ	チーズ	キャベツ・にんじん・きゅうり	コールスロードレッシング				
		パイナップル		パイナップル					
7	火	りんごパン・飲用牛乳	飲用牛乳		りんごパン	489 19.1			
		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	じゃがいもでん粉・米ぬか油				
		マカロニサラダ		キャベツ・きゅうり・にんじん	フレンチドレッシング・マカロニ				
		れんこんサンドフライ	とり肉	たまねぎ・れんこん・しいたけ	小麦粉・じゃがいもでん粉・米ぬか油				
8	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	517 20.9			
		あおさ汁	豆腐・ミックスみそ・油揚げ けずりぶし・あおさ	にんじん・根深ねぎ					
		ごぼうサラダ・◇和風ドレッシング	まぐろ（油漬）	キャベツ・ごぼう・にんじん・きゅうり	砂糖・和風ドレッシング				
		豚肉のしょうが炒め	ぶた肉	たまねぎ・しょうが	砂糖・米ぬか油				
9	木	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	559 19.6			
		豚丼	ぶた肉	たまねぎ・しらたき・にんじん・しょうが	砂糖				
		おひたし	油揚げ	キャベツ・もやし・にんじん	砂糖				
		コロッケ		たまねぎ	小麦粉・米粉・じゃがいも 砂糖・大豆油・米ぬか油				
10	金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	450 18.9			
		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・ごま油				
		シャキシャキナムル	とり肉（蒸）・のり	もやし・ほうれんそう・にんじん・れんこん	砂糖・ごま・ごま油				
		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 スイートコーン	小麦粉・砂糖・ラード				
13	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	504 23.1			
		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	じゃがいも・砂糖・じゃがいもでん粉				
		おかかあえ	油揚げ・かつお節	キャベツ・ほうれんそう・もやし・にんじん	砂糖				
		厚焼き卵	鶏卵		キャッサバでん粉・砂糖・大豆油・なたね油				
14	火	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	592 20.5			
		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・カレールウ（甘口・辛口）				
		チキンサラダ	とり肉（蒸）	キャベツ・にんじん・きゅうり	フレンチドレッシング				
		ミックスフルーツ		パイナップル・黄桃・りんご					
15	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	548 23.0			
		うどん汁	ぶた肉・油揚げ・けずりぶし	だいこん・にんじん・ごぼう・根深ねぎ	うどん				
		ひじきサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング	まぐろ（油漬）・ひじき	キャベツ・きゅうり・スイートコーン	砂糖・マヨネーズ風ドレッシング				
		たらフリッター	すけとうだら		小麦粉・とうもろこしでん粉・米粉 じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉 なたね油・ラード・米ぬか油				
16	木	乾燥小魚	いわし		キャッサバでん粉・砂糖	479 18.2			
		ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん				
		たけのこのすまし汁	豆腐・けずりぶし	だいこん・にんじん・たけのこ えのきたけ・みつば					
		ちらしずし	ちくわ・油揚げ	にんじん・れんこん・かんぴょう	砂糖				
17	金	いわしの梅煮	いわし	梅干し	じゃがいもでん粉・砂糖	517 22.9			
		プチゼリー（アセロラ）			プチゼリー（アセロラ）				
		ツイストパン・飲用牛乳	飲用牛乳		ツイストパン				
		ポークビーンズ	大豆・ぶた肉・ベーコン	たまねぎ・にんじん	じゃがいも・砂糖				
20	月	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	498 21.1			
		ウインナー	ウインナー						
		ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん				
		豚汁	ぶた肉・豆みそ・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・えのきたけ					
		ごまあえ		キャベツ・ほうれんそう・もやし・にんじん	砂糖・ごま				
		レバーと大豆の甘辛煮	とり肉・大豆・とりレバー		とうもろこしでん粉・じゃがいもでん粉 米ぬか油・砂糖				

2026年度 4月		給食献立一覧表		献立B		東部給食センター 保育課			
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				
21	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	526 20.5			
		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 ◇マヨネーズ風ドレッシング	大豆	にんじん・きゅうり	じゃがいも・マヨネーズ風ドレッシング				
		さばの煮つけ	さば	しょうが	砂糖				
		抹茶ふりかけ			抹茶ふりかけ				
22	水	米粉パン・飲用牛乳	飲用牛乳		米粉パン	531 23.2			
		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				
		チンゲンサイの中華あえ		もやし・チンゲンサイ・きゅうり・にんじん	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				
23	木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	546 19.8			
		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	焼きふ				
		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				
		えびカツ	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 じゃがいもでん粉・なたね油・米ぬか油				
		いちごクレープ（卵乳小麦なし）			いちごクレープ（卵乳小麦なし）				
24	金	スライスパン・飲用牛乳	飲用牛乳		スライスパン	486 16.8			
		レタス入りパスタスープ	ベーコン	たまねぎ・レタス・にんじん	じゃがいも・マカロニ				
		コーンサラダ		キャベツ・にんじん・スイートコーン	コーンクリーミードレッシング				
		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 なたね油・パーム油・ひまわり油 とうもろこし油				
		あんずジャム			あんずジャム				
27	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	430 18.1			
		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				
		うま塩キャベツ		キャベツ・きゅうり・にんじん 切干しだいこん・にんにく	ごま油				
		ししやもフライ ◆ウスターソース	からふとししやも		小麦粉・コーンフラワー とうもろこしでん粉・米ぬか油				
28	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	535 20.4			
		豆乳のバランスみそ汁	豆乳・米みそ・油揚げ・けずりぶし	だいこん・はくさい・にんじん・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				
		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				
30	木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	516 20.2			
		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				
		青菜あえ		キャベツ・もやし・にんじん・菜めし粉					
		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				

4月の目標
「楽しく給食を食べよう」

豊田の農産物

- 米・・・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
- しいたけ
- 茶・・・抹茶ふりかけ



献立一覧表では、食品を体内での働きによって3つのグループに分けています。

主に体をつくる
もとになる食品

たんぱく質・
無機質（カルシウムなど）を
多く含む食品



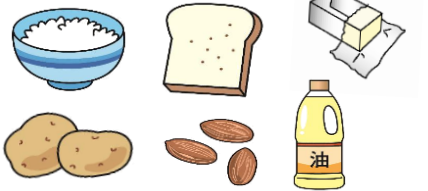
主に体の調子を整える
もとになる食品

ビタミンや無機質を
多く含む食品



主にエネルギーの
もとになる食品

炭水化物・脂質を
多く含む食品



※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。
普段の食事でも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、3つのグループの食品を
バランスよく組み合わせさせて食べましょう。

＜今月の季節の食材＞



キャベツ たけのこ チンゲンサイ レタス

入園・進級祝い献立
23日(木)
・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
16日(木)
・ちらしずし

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、27日(月)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



※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。