



| 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 | |
| 9木 | 麦ごはん・飲用牛乳 | 飲用牛乳 | | 麦ごはん | 695 26.7 |
| | かぼちゃコロケ | 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 | |
| | おかかあえ | かつお節 | キャベツ・もやし・きゅうり | 砂糖 | |
| | 豚丼 | ぶた肉 | たまねぎ・しらたき・にんじん・さやいんげん しょうが | 砂糖 | |
| 10金 | ごはん・飲用牛乳 | 飲用牛乳 | | ごはん | 623 24.2 |
| | コーンしゅうまい | 大豆・すけとうだら・豆腐 | たまねぎ・スイートコーン | 小麦粉・じゃがいもでん粉・砂糖・ラード キャッサバでん粉 | |
| | ぶた肉のオイスターソース炒め | ぶた肉 | たまねぎ・にら・しょうが | ごま油・ごま・じゃがいもでん粉・砂糖 | |
| | 春雨スープ | ショルダーベーコン | はくさい・チンゲンサイ・にんじん・葉ねぎ しいたけ | はるさめ | |
| 13月 | ツイストパン・飲用牛乳 | 飲用牛乳 | | ツイストパン | 669 27.8 |
| | オムレツ | 鶏卵 | | キャッサバでん粉・砂糖・なたね油・大豆油 | |
| | コールスローサラダ | | キャベツ・にんじん・きゅうり スイートコーン | コールスロドレッシング | |
| | ペンネのトマト煮 | ぶた肉 | たまねぎ・トマト・にんじん・ピーマン しめじ | マカロニ・砂糖・米ぬか油 | |
| 14火 | ちらしずし・飲用牛乳 | 飲用牛乳・ちくわ・油揚げ | にんじん・たけのこ・れんこん・かんぴょう | ごはん・砂糖 | 673 28.4 |
| | さわらの西京焼き | さわら・米みそ | | 砂糖 | |
| | けんちん汁 | 豆腐・けずりぶし | こんにやく・だいこん・にんじん・ごぼう 葉ねぎ・しいたけ | ごま油 | |
| | 花見だんご | | | 花見だんご | |
| 15水 | 麦ごはん・飲用牛乳 | 飲用牛乳 | | 麦ごはん | 671 24.8 |
| | 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） | |
| | ウインナー | ウインナー | | | |
| | 福神サラダ | | キャベツ・福神漬・きゅうり | | |
| 16木 | 白玉うどん・飲用牛乳 | 飲用牛乳 | | 白玉うどん | 695 30.5 |
| | 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 | |
| | ひじきとツナのサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング | まぐろ（油漬）・ひじき | キャベツ・こまつな・スイートコーン | マヨネーズ風ドレッシング | |
| | 肉うどん | ぶた肉・油揚げ・けずりぶし | だいこん・にんじん・根深ねぎ・ごぼう | | |
| 17金 | ごはん・飲用牛乳 | 飲用牛乳 | | ごはん | 685 27.1 |
| | とり肉の唐揚げ | とり肉 | しょうが | 小麦粉・じゃがいもでん粉・米ぬか油 | |
| | 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 | |
| | 豆乳のバランスみそ汁 | 豆腐・豆乳・米みそ・けずりぶし | だいこん・にんじん・根深ねぎ | じゃがいも | |
| 20月 | 代 休 | | | | |
| 21火 | たけのこごはん・飲用牛乳 | 飲用牛乳・とり肉・油揚げ | たけのこ・にんじん・しめじ | 麦ごはん・砂糖 | 654 27.9 |
| | さばの煮つけ | さば | しょうが | 砂糖 | |
| | だいこんのみそ汁 | 豆腐・豆みそ・けずりぶし・わかめ | だいこん・たまねぎ・にんじん・葉ねぎ | | |
| 22水 | 赤飯・飲用牛乳 | 飲用牛乳 | | ごはん・もち米・あずき | 736 27.2 |
| | 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 | |
| | 和風サラダ | 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・ごま・砂糖 | |
| | 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 | |
| | いちごクレープ | | | いちごクレープ | |
| 23木 | ごはん・飲用牛乳 | 飲用牛乳 | | ごはん | 650 25.8 |
| | 厚焼き卵 | 鶏卵 | | キャッサバでん粉・砂糖・なたね油・大豆油 | |
| | 青菜あえ | | キャベツ・もやし・にんじん・菜めし粉 | | |
| | 肉じゃが | ぶた肉 | たまねぎ・しらたき・にんじん・さやいんげん | じゃがいも・砂糖 | |
| 24金 | ごはん・飲用牛乳 | 飲用牛乳 | | ごはん | 652 27.0 |
| | 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 | |
| | ごまゆかりあえ | | キャベツ・もやし・きゅうり・しそ（粉） | ごま | |
| | 具だくさんみそ汁 | 豆腐・ミックスみそ・けずりぶし | だいこん・にんじん・葉ねぎ・えのきたけ | じゃがいも | |
| 27月 | 米粉パン・飲用牛乳 | 飲用牛乳 | | 米粉パン | 680 27.9 |
| | ハンバーグ | 大豆・ぶた肉・とり肉 | たまねぎ | キャッサバでん粉・砂糖・とうもろこしでん粉 | |
| | コーンポタージュ | 牛乳・とり肉・チーズ | たまねぎ・にんじん・スイートコーン・パセリ | じゃがいも・ベジチャメルソースの素 生クリーム・バター | |
| | 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 | |
| 28火 | ごはん・飲用牛乳 | 飲用牛乳 | | ごはん | 681 25.4 |
| | ししゃもフライ・◆中濃ソース | 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 | |
| | たくあんあえ | | キャベツ・たくあん漬・こまつな | ごま | |
| | 高野豆腐のそぼろ煮 | ぶた肉・凍り豆腐 | たまねぎ・はくさい・にんじん・さやいんげん しょうが | じゃがいもでん粉・砂糖 | |



| 日曜日 | 献立名 | 赤のグループ 主に体をつくるもとになる食品 | 緑のグループ 主に体の調子を整えるもとになる食品 | 黄のグループ 主にエネルギーのもとになる食品 | エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) |
|-----|------------|-------------------------------------|--------------------------------|-----------------------------|---------------------------------|
| | | 魚・肉・卵・豆・豆製品 牛乳・乳製品・骨ごと食べられる小魚・海藻 | 色のこい野菜 その他の野菜・きのこ・果物 | 米・パン・めん・いも・砂糖・菓子 油脂類・種実類 | |
| 30木 | ごはん・飲用牛乳 | 飲用牛乳 | | ごはん | 641 27.6 |
| | 肉だんごのあんからめ | とり肉・大豆 | たまねぎ | 砂糖・じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉 小麦粉 | |
| | 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 | |
| | 豆腐の中華煮 | 豆腐・ふた肉 | たまねぎ・はくさい・にんじん・チンゲンサイ | じゃがいもでん粉・砂糖・ごま油 | |

4月の目標 「楽しく給食を食べよう」

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。

豊田の農産物

- 米「大地の風」
…ごはん、麦ごはん
赤飯、米粉パン
- 小麦「きぬあかり」
…ツイストパン
- 大豆「フクユタカ」
…水煮大豆、豆腐
油揚げ、豆みそ



主に体をつくるもとになる食品

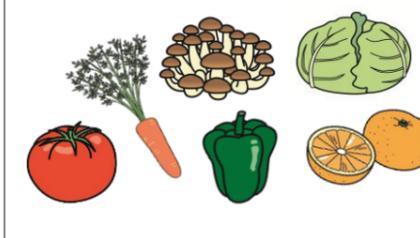
たんぱく質・無機質（カルシウムなど）を多く含む食品



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

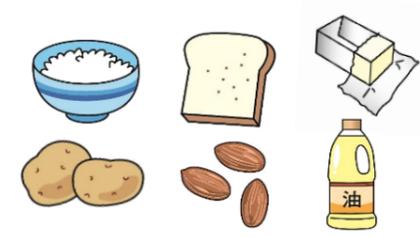
ビタミンや無機質を多く含む食品



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

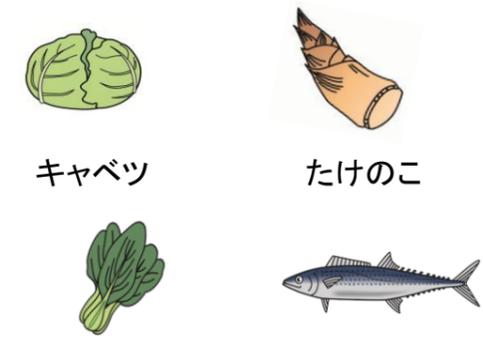
炭水化物・脂質を多く含む食品



米・パン・めん
いも・砂糖・菓子
油脂類・種実類

※学校給食は、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。

<今月の季節の食材>



キャベツ たけのこ
チンゲンサイ さわら

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ることで食べましょう。



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。

入学・進級祝い献立

22日（水）

- ・赤飯
- ・えびカツ
- ・和風サラダ
- ・ふだま汁
- ・いちごクレープ



花見献立

14日（火）

- ・ちらしずし
- ・花見だんご




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



給食だより

「給食だより」を4月3日（金）に配信します。
 左のイラストをタップし、「令和8年4月号」を選択すると見ることができます。



※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。
 飲用牛乳とは200mLパック入りの牛乳です。

※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、学級で配膳する時に使用します。