

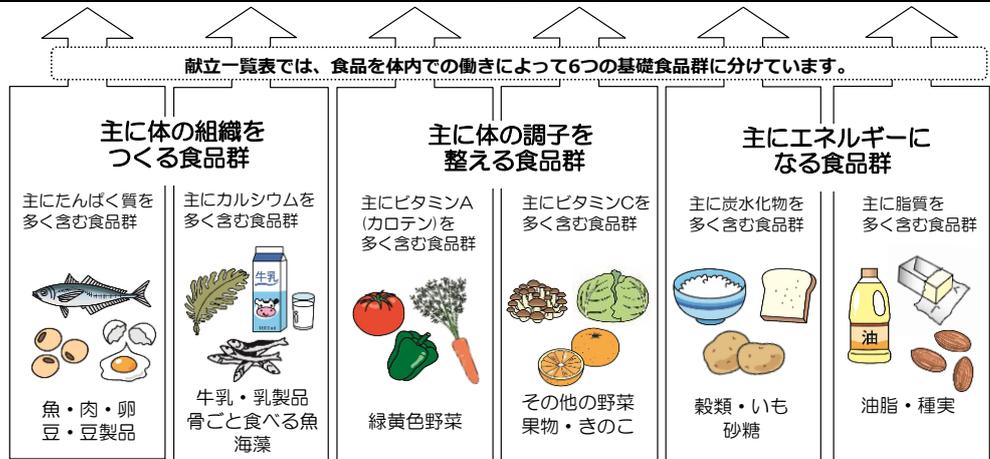
日曜日	献立名	赤のグループ 主に体をつくるものとなる食品		緑のグループ 主に体の調子を整えるものとなる食品		黄のグループ 主にエネルギーのもととなる食品		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 小中学校上 中学校下)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
		魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 骨ごと食べる魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	穀類・いも・砂糖	油脂・種実	
9 木	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		678
	ホイコーロー	ぶた肉		にんじん ビーマン	キャベツ	砂糖	ごま油	23.4
	春巻き	ぶた肉		にら にんじん	キャベツ もやし エリンギ	小麦粉 水あめ じゃがいもでん粉	米ぬか油 大豆油 ごま油	-
	わかめスープ	豆腐 かまぼこ	わかめ		たまねぎ 根深ねぎ			-
10 金	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		666
	豚丼	ぶた肉		にんじん	たまねぎ しらたき しょうが	砂糖		24.8
	糸こんにぶの炒め煮	ベーコン さつま揚げ かつお節	こんにぶ	さやいんげん にんじん		砂糖	なたね油	811
	大豆とじゃがいものサラダ	大豆			スイートコーン きゅうり	じゃがいも	マヨネーズ風ドレッシング	28.7
13 月	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		659
	肉じゃが	ぶた肉		にんじん さやいんげん	たまねぎ しらたき	じゃがいも 砂糖		30.6
	さばのみそ煮	さば 豆みそ				砂糖		803
	ゆかりあえ			しそ(粉)	キャベツ きゅうり もやし			35.7
14 火	赤飯 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん もち米 あずき	ごま	742
	えびカツ	えび 大豆				小麦粉 砂糖 じゃがいもでん粉	米ぬか油 大豆油	23.8
	和風サラダ	まぐろ(油漬)		にんじん	きゅうり キャベツ	砂糖	ごま 和風ドレッシング	877
	ふだま汁	豆腐 かまぼこ けずりぶし		みつば にんじん	しめじ	焼きふ		28.4
	いちごクレープ						いちごクレープ	
15 水	スライスパン 飲用牛乳		飲用牛乳			スライスパン		652
	キッシュ	鶏卵 ベーコン	牛乳	パセリ	たまねぎ	じゃがいも	米粉のホワイトルウ バター	26.6
	ツナサラダ	まぐろ(油漬)			キャベツ きゅうり		コールスロドレッシング	805
	レタスと肉だんごのスープ	肉だんご		にんじん	レタス たまねぎ			32
	ブルーベリージャム						ブルーベリージャム	
16 木	白玉うどん 飲用牛乳		飲用牛乳			白玉うどん		690
	カレーなんばん	とり肉 かまぼこ		にんじん	たまねぎ 根深ねぎ しょうが	じゃがいもでん粉	カレールウ	26.1
	乾燥小魚		いわし			砂糖 水あめ		824
	まめまめいも	大豆				さつまいも じゃがいもでん粉 砂糖	米ぬか油	30
	磯香あえ	まぐろ(油漬)	のり	こまつな	キャベツ	砂糖	ごま	
17 金	たけのこまぜごはん 飲用牛乳	とり肉 油揚げ	飲用牛乳	にんじん	たけのこ しめじ えだまめ	麦ごはん 砂糖		671
	いか香味揚げ	いか すけとうだら 大豆	あおさ		たまねぎ	とうもろこし粉 小麦粉 じゃがいもでん粉	米ぬか油 なたね油	29.6
	野菜かきたま汁	鶏卵 けずりぶし		ほうれんそう にんじん	たまねぎ	じゃがいもでん粉		803
20 月	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		647
	豆腐の中華煮	豆腐 ぶた肉		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	27.8
	えびしゅうまい	えび すけとうだら			たまねぎ	小麦粉 じゃがいもでん粉	バーム油	807
	うま塩キャベツ			にんじん	キャベツ きゅうり 切干しいんげん にんにく		ごま油	33.5
21 火	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		687
	豆乳のバランスみそ汁	豆腐 豆乳 けずりぶし 米みそ		にんじん	だいこん 根深ねぎ	じゃがいも		28.9
	とり肉のから揚げ	とり肉			にんにく しょうが	じゃがいもでん粉	米ぬか油	806
	のり酢あえ	まぐろ(油漬)	のり		キャベツ もやし	砂糖		32.1
22 水	米粉パン 飲用牛乳		飲用牛乳			米粉パン		614
	春キャベツのポタージュ	ベーコン	牛乳 脱脂粉乳	にんじん	たまねぎ キャベツ スイートコーン		生クリーム 米粉のホワイトルウ	24.7
	ハンバーグ	とり肉 ぶた肉 大豆		トマト	たまねぎ にんにく しょうが	砂糖 じゃがいもでん粉	ラード	805
	オレンジポンチ				パインアップル みかんゼリー 黄桃 オレンジジュース			32
23 木	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		658
	たくあんあえ				キャベツ きゅうり たくあん漬	砂糖	ごま	27
	レバーとじゃがいもの甘辛煮	とりレバー とり肉				じゃがいも 砂糖 じゃがいもでん粉	米ぬか油	800
	あおさ汁	豆腐 けずりぶし ミックスみそ	あおさ	にんじん	根深ねぎ			31.9

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ととなる食品		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 小(学校上) 中(学校下)
		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	
24 金	ちらしずし 飲用牛乳	ちくわ 油揚げ 鶏卵	飲用牛乳 のり	にんじん	えだまめ れんこん しいたけ	ごはん 砂糖		696
	さわらの西京焼き	さわら 米みそ				砂糖		27.1
	けんちん汁	豆腐 けずりぶし		にんじん	ごぼう だいこん こんにゃく 根深ねぎ			851
	花見だんご					花見だんご		32.4
27 月	チキンライス 飲用牛乳	とり肉	飲用牛乳	にんじん	たまねぎ スイートコーン グリーンピース	麦ごはん	なたね油	618
	オムレツ	鶏卵				とうもろこしでん粉	大豆油	25.1
	コンソメスープ	ベーコン		にんじん ほうれんそう	たまねぎ	じゃがいも		800
28 火	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		658
	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		24.5
	春野菜のごまあえ			なばな	スイートコーン キャベツ	砂糖	ごま	801
	肉だんごと野菜のうま煮	肉だんご		にんじん さやいんげん	たまねぎ こんにゃく	じゃがいも 砂糖 じゃがいもでん粉		28.8
30 木	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		641
	ぎょうざ	とり肉 ぶた肉 大豆		にら	キャベツ たまねぎ	キャッサバでん粉 小麦粉 とうもろこしでん粉	ラード	24.5
	中華風酢の物	ハム		にんじん	キャベツ きゅうり スイートコーン	砂糖	ごま油	808
	麻婆大根	ぶた肉 豆みそ		にんじん	だいこん たまねぎ 根深ねぎ しょうが	じゃがいもでん粉 砂糖	ごま油	29.6

4月の目標 「楽しく給食を食べよう」

豊田の農産物

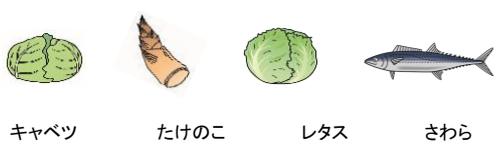
- 米「大地の風」
…ごはん、麦ごはん
赤飯、米粉パン
- 小麦「きぬあかり」
…スライスパン
- 大豆「フクユタカ」
…水煮大豆

※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>

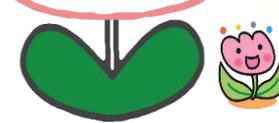


たべまるのおすすめ

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、20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。

入学・進級祝い献立
14日(火)

- ・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
24日(金)

- ・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



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。