




日曜日	献立名	赤のグループ 主に体をたくわえるものになる食品		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		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 脂質 (g) 食塩相当量 (g) (中学校以下)	
		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		
1 金	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん			
	かつおのそぼろ丼	かつお(油漬)		にんじん	スイートコーン えだまめ	砂糖	ごま	729 25.7	
	とり肉とごぼうのサラダ	とり肉		にんじん	ごぼう キャベツ	砂糖	マヨネーズ風ドレッシング	853 29.5	
	若竹汁  こどもの日献立	豆腐 かまぼこ けずりぶし	わかめ		たけのこ えのきたけ				
	かしわもち						かしわもち		
7 木	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん			
	ちくわのお茶揚げ 	ちくわ		てん茶		小麦粉	米ぬか油	677 23.1	
	和風サラダ  たべまるのおすすめ			にんじん	切干しだいこん キャベツ きゅうり もやし		和風ドレッシング	814 28.4	
	かきたま汁	鶏卵 かまぼこ けずりぶし		にんじん みつば	たまねぎ	じゃがいもでん粉			
	ヨーグルト		ヨーグルト						
8 金	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん			
	チキンナゲット	とり肉 大豆 おから			にんにく しょうが	砂糖 米粉 コーンフラワー	米ぬか油 たたね油	706 24.3	
	ドライカレー	ぶた肉		にんじん ピーマン	たまねぎ にんにく	小麦粉		835 28.4	
	ベーコンスープ	ベーコン		にんじん	キャベツ	じゃがいも			
11 月	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん			
	さばの銀紙焼き	さば 米みそ				砂糖 米粉		662 29.4	
	骨太サラダ	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	マカロニ 砂糖	ごま マヨネーズ風ドレッシング	793 34.2	
	肉だんご汁	肉だんご 油揚げ		にんじん	根深ねぎ だいこん はくさい	じゃがいもでん粉			
12 火	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん			
	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 じゃがいもでん粉 砂糖	米ぬか油	680 25.5	
	たくあんあえ				キャベツ きゅうり たくあん漬	砂糖	ごま	813 29.7	
	生揚げのみそ汁	生揚げ けずりぶし ミックスみそ		にんじん こまつな	だいこん				
13 水	スライスパン 飲用牛乳		飲用牛乳			スライスパン			
	チリコンカン	ぶた肉 大豆			にんにく たまねぎ	じゃがいもでん粉		679 28.1	
	アスパラサラダ			アスパラガス	キャベツ スイートコーン		コールスロドレッシング	826 33.7	
	ミルクスープ	ベーコン	牛乳	ほうれんそう	たまねぎ しめじ	じゃがいも	生クリーム バター		
14 木	中華めん 飲用牛乳		飲用牛乳			中華めん			
	揚げぎょうざ	ぶた肉		にら	キャベツ たまねぎ にんにく	小麦粉 砂糖 とうもろこしでん粉	米ぬか油 ラード	616 27.6	
	切干しだいこんのナムル			ほうれんそう	切干しだいこん もやし	砂糖	ごま	787 33.5	
	ちゃんぽん	ぶた肉 いか		にんじん	根深ねぎ キャベツ たまねぎ きくらげ	じゃがいもでん粉	なたね油		
15 金	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん			
	けんちんの含め煮	豆腐 油揚げ すけとうだら	ひじき	にんじん		砂糖 じゃがいもでん粉	とうもろこし油	669 29.8	
	ごまじゃこサラダ	まぐろ(油漬)	しらす干し		キャベツ きゅうり	砂糖	ごま油 ごま	806 34.8	
	キムチ入りみそ汁	ぶた肉 けずりぶし 豆みそ		にんじん 葉ねぎ	こんにやく キムチ だいこん えのきたけ				
18 月	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん			
	ショウロンボウ	ぶた肉			たまねぎ キャベツ しょうが	はるさめ 砂糖 とうもろこしでん粉 小麦粉	ラード	692 24.0	
	棒々鶏(パンパンジー)	とり肉			キャベツ きゅうり もやし		パンパンジードレッシング	874 29.4	
	中華五目スープ	豆腐 ベーコン かまぼこ	こまつな にら にんじん		たけのこ しいたけ	じゃがいも じゃがいもでん粉	ごま油		
19 火	山菜まぜごはん 飲用牛乳	とり肉 油揚げ けずりぶし	飲用牛乳	にんじん	ふき ごぼう しめじ	麦ごはん 砂糖			
	まぐろのミンチカツ	まぐろ 大豆			たまねぎ しょうが	小麦粉 砂糖	米ぬか油 大豆油	632 27.2	
	ふだま汁	豆腐 かまぼこ けずりぶし		にんじん みつば		焼きふ		781 33.0	
	プチゼリー(アセロラ)					プチゼリー(アセロラ)			
20 水	米粉パン 飲用牛乳		飲用牛乳			米粉パン			
	ハンバーグのワインソースかけ	とり肉 ぶた肉 大豆			たまねぎ	砂糖 じゃがいもでん粉 キャッサバでん粉		634 29.2	
	チーズ入りビーンズサラダ	大豆	チーズ	にんじん	きゅうり キャベツ		コールスロドレッシング	793 36.1	
	ミネストローネ	ウインナー		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		

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		エネルギー たんぱく質 脂質 糖質 食塩(上) 食塩(下)
		1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 牛乳・乳製品 骨ごと食べる魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ	5群 穀類・いも・砂糖	6群 油脂・種実	
		21 木	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			
	和風コロッケ	大豆		にんじん	れんこん	じゃがいも 小麦粉 砂糖 米粉 じゃがいもでん粉	米ぬか油 たたね油 大豆油	817 28.5
	きんぴらごぼう	ぶた肉		にんじん	ごぼう	砂糖	ごま たたね油	
	具だくさんみそ汁	豆腐 油揚げ 豆みそ	わかめ	ほうれんそう 葉ねぎ	たまねぎ だいこん			
22 金	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		694 30.6
	きびなごのから揚げ		きびなご			じゃがいもでん粉	米ぬか油	829 35.7
	アーモンドあえ	油揚げ		ほうれんそう にんじん	キャベツ もやし	砂糖	アーモンド	
	高野豆腐の卵とじ	凍り豆腐 鶏卵 ぶた肉 けずりぶし		にんじん さやいんげん	たまねぎ	じゃがいも 砂糖		
25 月	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		690 24.6
	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 砂糖 じゃがいもでん粉	ラード	847 28.9
	炒めビーフン	ぶた肉 さつま揚げ		にんじん	キャベツ たけのこ しょうが	ビーフン 砂糖	なたね油	
	レタススープ	ベーコン 豆腐		こまつな にんじん	レタス たまねぎ	じゃがいも	ごま油	
26 火	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		661 27.5
	れんこんサンドフライ	とり肉			れんこん 玉ねぎ しいたけ	小麦粉 じゃがいもでん粉	米ぬか油	816 33.2
	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 こんにゃく	砂糖	なたね油	
	あおさ汁	ぶた肉 豆腐 けずりぶし 米みそ	あおさ	にんじん 葉ねぎ				
27 水	ツイストパン 飲用牛乳		飲用牛乳			ツイストパン		677 24.8
	オムレツ	鶏卵				キャッサバでん粉 砂糖	なたね油 大豆油	821 28.9
	コーンサラダ			こまつな	スイートコーン キャベツ えだまめ きゅうり		マヨネーズ風ドレッシング	
	コンソメスープ	ウインナー		にんじん パセリ	はくさい たまねぎ しめじ	マカロニ じゃがいも		
	ココア牛乳の素					ココア牛乳の素		
28 木	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		678 29.3
	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	810 34.3
	チンゲンサイとツナのあえもの	まぐろ(油漬)		チンゲンサイ にんじん	もやし	砂糖		
	ゆばのすまし汁	ゆば とり肉 豆腐 けずりぶし		こまつな にんじん	たまねぎ えのきたけ			
29 金	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		692 29.1
	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		807 30.7
	とよたひまわりポークの肉じゃが	ぶた肉		にんじん	たまねぎ グリーンピース	じゃがいも 砂糖		
	みそ汁	豆腐 油揚げ ミックスみそ けずりぶし		にんじん 葉ねぎ	しいたけ だいこん			
	抹茶水ようかん					抹茶水ようかん		

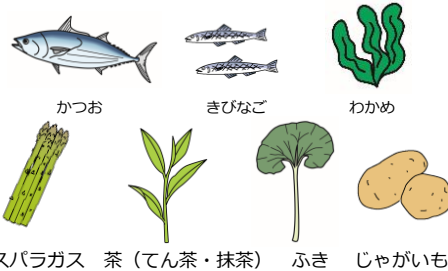
5月の目標「すききらいなく食べよう」

豊田の農産物

- 米「大地の風」
・・・麦ごはん、米粉パン
- 小麦「きぬあかり」
・・・スライSPAN、ツイストパン、中華めん
- 大豆「フクユタカ」
・・・水煮大豆
- ぶた肉 「とよたひまわりポーク」
- はくさい・・・キムチ
- てん茶
- 抹茶・・・抹茶水ようかん



今月の季節の食材



たべまるのおすすめ

今月は、7日(木)の【ちくわのお茶揚げ】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



5月5日はこどもの日

1日(金) こどもの日献立
かつおのそぼろ丼・若竹汁・かしわもち

こどもの日は、「端午の節句」とも呼ばれ、
こどもの健やかな成長を願う日です。



29日(金) 豊田ブランドの日

- 豊田市でとれた食材を使用した
献立を実施します。
- ごはん・・・米(大地の風)
 - とよたひまわりポークの肉じゃが
・・・ぶた肉(とよたひまわりポーク)
 - 抹茶水ようかん・・・抹茶



※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。