





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	
1金	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	506 19.5
	かつおのそぼろ丼 	かつお（油漬）	にんじん・えだまめ・スイートコーン	砂糖・ごま	
	とり肉とごぼうのサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング	とり肉	キャベツ・ごぼう・にんじん	砂糖・マヨネーズ風ドレッシング	
	若竹汁 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">こどもの日献立</span>	豆腐・かまぼこ・けずりぶし・わかめ	たけのこ・えのきたけ		
7木	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	543 22.7
	シンガポールチキンライス	とり肉	しょうが・レモン果汁・にんにく	ごま油・砂糖	
	野菜のオイスターソース炒め		キャベツ・もやし・チンゲンサイ	砂糖	
	えびのカレースープ	生揚げ・豆乳・えび	たまねぎ・にんじん		
	コーヒー牛乳の素			コーヒー牛乳の素	
8金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	538 24.8
	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	
	キャベツのあえもの	油揚げ	キャベツ・もやし・にんじん・ほうれんそう	砂糖	
	高野豆腐の卵とじ	鶏卵・ぶた肉・凍り豆腐・けずりぶし	たまねぎ・にんじん・さやいんげん	じゃがいも・砂糖	
11月	スライスパン・飲用牛乳	飲用牛乳		スライスパン	510 19.4
	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・砂糖	
	ポテトサラダ		きゅうり・スイートコーン・にんじん	じゃがいも・コールスロドレッシング	
	キャベツのクリームスープ	牛乳・ショルダーベーコン・脱脂粉乳・チーズ	キャベツ・にんじん・たまねぎ	ベシメルソースの素・生クリーム	
	メープルジャム			メープルジャム	
12火	山菜まぜごはん・飲用牛乳	飲用牛乳・とり肉	わらび・みず・なめこ・えのきたけ・にんじん しめじ	麦ごはん・砂糖	481 17.8
	あじフリッター	あじ・あおさ		小麦粉・とうもろこしでん粉・米粉・砂糖 大豆油・米ぬか油	
	あおさ汁	豆腐・米みそ・けずりぶし・あおさ	だいこん・ごぼう・にんじん・葉ねぎ		
13水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	538 27.5
	いかの照り焼き	いか	しょうが	砂糖	
	ごまあえ		キャベツ・もやし・きゅうり	ごま・砂糖	
	生揚げと野菜のうま煮	生揚げ・ぶた肉・けずりぶし	たまねぎ・にんじん・さやいんげん	じゃがいも・砂糖	
14木	中華めん・飲用牛乳	飲用牛乳		中華めん	590 21.6
	しょうゆラーメン	ぶた肉・わかめ	もやし・にんじん・たまねぎ・根深ねぎ		
	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・じゃがいもでん粉・水あめ・大豆油 米ぬか油	
	チンゲンサイとツナのサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング	まぐろ（油漬）	キャベツ・チンゲンサイ・スイートコーン	マヨネーズ風ドレッシング	
15金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	545 25.7
	さばのみそ煮	豆みそ・さば		砂糖	
	ひじきの炒め煮	大豆・ぶた肉・ひじき	にんじん	じゃがいも・砂糖・米ぬか油	
	かきたま汁	豆腐・鶏卵・かまぼこ・けずりぶし	たまねぎ・にんじん・根深ねぎ・しいたけ	じゃがいもでん粉	
18月	米粉パン・飲用牛乳	飲用牛乳		米粉パン	520 21.3
	チキンナゲット	とり肉・大豆	にんにく	小麦粉・コーングリッツ・とろろこしでん粉 米ぬか油・パーム油・ラード・なたね油 大豆油	
	チーズサラダ	チーズ	キャベツ・にんじん・きゅうり	サウザンアイランドドレッシング	
	野菜のスープ煮	ウインナー	たまねぎ・にんじん・さやいんげん・しめじ ローリエ	じゃがいも	
19火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	546 22.3
	いわしのしょうが煮 	いわし	しょうが	じゃがいもでん粉・砂糖	
	とよたひまわりポークの肉じゃが	ぶた肉	たまねぎ・にんじん・さやいんげん	じゃがいも・砂糖	
	とよたのみそ汁 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">豊田ブランドの日</span>	豆腐・ミックスみそ・油揚げ・けずりぶし	だいこん・にんじん・葉ねぎ・しいたけ		
20水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	527 20.0
	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	
	春雨サラダ	とり肉	キャベツ・きゅうり	はるさめ・砂糖・ごま油	
	肉だんごの酢豚風	肉だんご	たまねぎ・にんじん・ピーマン・たけのこ しいたけ	砂糖・じゃがいもでん粉	
21木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	526 21.9
	レバーとこんにやくの甘辛煮	とり肉・とりレバー	こんにやく	とうもろこしでん粉・じゃがいもでん粉 米ぬか油・砂糖	
	わかめの酢の物	わかめ	キャベツ・きゅうり	砂糖	
	具だくさん汁	豆腐・ぶた肉・けずりぶし	にんじん・えのきたけ・葉ねぎ	じゃがいも	
22金	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	552 20.7
	ハヤシライス	ぶた肉・脱脂粉乳	たまねぎ・にんじん・マッシュルーム トマトピューレー	じゃがいも・ハヤシルウ	
	ウインナー	ウインナー			
	アスパラサラダ	まぐろ（油漬）	キャベツ・アスパラガス・スイートコーン	コーンクリーミードレッシング	

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・豆制品 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	
25月	ツイストパン・飲用牛乳	飲用牛乳		ツイストパン	538 19.0
	イタリアンスパゲティ	ショルダーベーコン	たまねぎ・にんじん・ピーマン	スパゲティ	
	スパニッシュオムレツ	とり肉・鶏卵・かつおだし	かぼちゃ	じゃがいもでん粉・砂糖・米ぬか油・なたね油	
	フルーツミックス		パインアップル・黄桃		
26火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	504 19.3
	ちくわのお茶揚げ	ちくわ	てん茶	小麦粉・米ぬか油	
	昆布あえ	こんぶ	キャベツ・にんじん・きゅうり	砂糖	
	じゃがいものそぼろ煮	とり肉・けずりぶし	たまねぎ・にんじん・さやいんげん	じゃがいも・砂糖	
27水	ひじきごはん・飲用牛乳	飲用牛乳・とり肉・ひじき	こんにゃく・にんじん・ごぼう	麦ごはん・砂糖	485 19.5
	レバー入りつくね	とり肉・とりレバー	たまねぎ	米粉・じゃがいもでん粉・砂糖・なたね油	
	生揚げのみそ汁	生揚げ・豆みそ・けずりぶし	たまねぎ・にんじん・葉ねぎ・えのきたけ	じゃがいも	
28木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	541 19.4
	油淋鶏（ユーリンチー）	とり肉	葉ねぎ・しょうが	じゃがいもでん粉・米ぬか油・砂糖・ごま油	
	切干しだいこんのさっぱりサラダ	まぐろ（油漬）	チンゲンサイ・スイートコーン 切干しだいこん・レモン果汁	砂糖・ごま・ごま油	
	中華スープ	豆腐・ショルダーベーコン	たまねぎ・はくさい・にんじん	じゃがいもでん粉	
29金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	531 22.9
	このしろの煮つけ	このしろ	しょうが	米でん粉・砂糖・水あめ	
	きんぴらごぼう	ぶた肉	ごぼう・こんにゃく・さやいんげん・にんじん	砂糖・ごま油	
	ごまみそ汁	豆腐・米みそ・油揚げ・けずりぶし	だいこん・にんじん・葉ねぎ・しいたけ	じゃがいも・ごま	

## 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」  
…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、中華めん
- 大豆「フクユタカ」  
…水煮大豆、豆腐、油揚げ、生揚げ
- ぶた肉「とよたひまわりポーク」
- しいたけ
- てん茶



### 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

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。すくすく元気に育つように願いをこめて、たけのこを使用した若竹汁を提供します。



### 19日（火）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）
- とよたのみそ汁…豆腐、油揚げ、しいたけ



### 今月の季節の食材



かつお



きびなご



わかめ



アスパラガス



茶（てん茶）



山菜



じゃがいも

### たべまるのおすすめ

今月は、26日（火）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

▲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。