



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	503 19.6
	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		
	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(蒸)	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	
	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	
7 木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	540 22.3
	豚汁	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		
	おかかあえ	かつお節	キャベツ・もやし・ほうれんそう・にんじん	砂糖	
	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	
8 金	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	533 19.0
	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	
	サワーキャベツ		キャベツ・きゅうり・スイートコーン レモン果汁	砂糖	
	ウインナー	ウインナー			
11 月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	508 18.5
	呉汁	大豆・米みそ・けずりぶし	だいこん・にんじん・ごぼう・根深ねぎ	じゃがいも	
	ふきのまぜごはん	とり肉・油揚げ・けずりぶし	にんじん・ふき・たけのこ・えのきたけ	砂糖	
	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	
12 火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	519 21.4
	生揚げのうま煮	生揚げ・とり肉・けずりぶし	たまねぎ・にんじん・たけのこ	砂糖	
	スパイシーひじき(カレー風味)	油揚げ・ひじき・けずりぶし	にんじん・れんこん・えだまめ	砂糖・米ぬか油	
	厚焼き卵	鶏卵		キャッサバでん粉・砂糖・なたね油	
13 水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	553 16.6
	ワンタンスープ	ぶた肉	チンゲンサイ・たけのこ	ワンタン皮	
	中華あえ	とり肉(蒸)	キャベツ・にんじん・きゅうり	はるさめ・ごま・砂糖・ごま油	
	春巻き	ぶた肉	にんじん・キャベツ・たまねぎ	小麦粉・米粉・粉あめ・大豆油 ショートニング・ラード・米ぬか油	
14 木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	492 18.7
	けんちん汁	豆腐・油揚げ・けずりぶし	だいこん・にんじん・ごぼう・根深ねぎ		
	磯香あえ	のり	キャベツ・もやし・にんじん	砂糖	
	さばの煮つけ	さば	しょうが	砂糖	
	プチゼリー(アセロラ)			プチゼリー(アセロラ)	
15 金	ツイストパン・飲用牛乳	飲用牛乳		ツイストパン	499 19.8
	ミネストローネ	ショルダーベーコン	たまねぎ・トマト・にんじん・にんにく パセリ	じゃがいも・マカロニ・オリーブ油	
	ビーンズサラダ	大豆	キャベツ・にんじん・きゅうり	フレンチドレッシング	
	ハンバーグのオニオンソースかけ	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・じゃがいもでん粉	
18 月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	473 18.4
	中華スープ	豆腐・ショルダーベーコン	たまねぎ・にんじん	じゃがいも	
	野菜たっぷり糸こんにゃくチャブチェ	ぶた肉	しらたき・にんじん・ごぼう・ピーマン にんにく	砂糖・ごま・ごま油	
	コーンしゅうまい	大豆・すけとうだら	たまねぎ・スイートコーン	小麦粉・じゃがいもでん粉 キャッサバでん粉・砂糖・ラード	
19 火	ごはん・飲用牛乳 豊田ブランドの日	飲用牛乳		ごはん	538 21.0
	とよたのみそ汁 	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		
	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・グリーンピース	じゃがいも・砂糖	
	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	
20 水	米粉パン・飲用牛乳	飲用牛乳		米粉パン	543 21.4
	炒めビーフン	ぶた肉・はんぺん	キャベツ・にんじん	ビーフン・砂糖・米ぬか油	
	ミックスフルーツ		パインアップル・黄桃		
	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	
21 木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	542 24.7
	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	じゃがいも・砂糖	
	みつばのサラダ	とり肉(蒸)	キャベツ・にんじん・みつば・きゅうり	たまねぎドレッシング	
	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	
22 金	スライスパン・飲用牛乳	飲用牛乳		スライスパン	480 18.6
	ポタージュスープ	牛乳・ベーコン・脱脂粉乳・チーズ	たまねぎ・にんじん	じゃがいも・ベシャメルソースの素 生クリーム	
	アスパラサラダ		キャベツ・アスパラガス・スイートコーン	コールスロウドレッシング	
	スラッピージョー	ぶた肉	たまねぎ・にんじん・グリーンピース トマトピューレー	小麦粉・砂糖・米ぬか油	
25 月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	467 17.9
	ゆばのすまし汁 たべまるのおすすめ	豆腐・ゆば・とり肉・けずりぶし	にんじん・えのきたけ・みつば		
	和風サラダ ◇和風ドレッシング		キャベツ・きゅうり・にんじん 切干しだいこん	ごま・砂糖・和風ドレッシング	
	ちくわのお茶揚げ 	ちくわ	てん茶	小麦粉・米ぬか油	
	ふりかけ(発芽玄米)			ふりかけ(発芽玄米)	

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	
26 火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	550 20.9
	じゃがいもとツナのうま煮	まぐろ（油漬）・けずりぶし	たまねぎ・にんじん	じゃがいも・砂糖	
	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	
	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	
	乾燥小魚	いわし		キャッサバでん粉・砂糖	
27 水	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	459 17.4
	中華飯	ぶた肉・いか	たまねぎ・はくさい・チンゲンサイ・もやし にんじん・たけのこ	じゃがいもでん粉	
	華風あえ		キャベツ・きゅうり	はるさめ・砂糖・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	
28 木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	528 21.8
	かきたま汁	豆腐・鶏卵・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	
	骨太サラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング	まぐろ（油漬）・ひじき・干しえび	キャベツ・きゅうり・スイートコーン	マカロニ・ごま・砂糖 マヨネーズ風ドレッシング	
	とり肉の照り焼き	大豆・とり肉		とうもろこしでん粉・米でん粉	
29 金	サンドイッチロール・飲用牛乳	飲用牛乳		サンドイッチロール	544 20.6
	豆 ³ のスープ	豆乳・ウインナー・米みそ	たまねぎ・にんじん・えだまめ	じゃがいも	
	フレンチサラダ		キャベツ・きゅうり・スイートコーン にんじん・レモン果汁	オリーブ油・砂糖	
	ミンチカッパ ◇中濃ソース	大豆・とり肉・ぶた肉	たまねぎ	小麦粉・とうもろこしでん粉・米粉・砂糖 水あめ・ラード・米ぬか油	

5月の目標「すききらいなく食べよう」

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SPAN、ツイストパン
- 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。



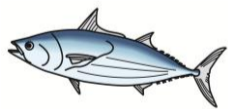
19日（火）豊田ブランドの日

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
- 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）



ふき



じゃがいも

たべまるのおすすめ

今月は、25日（月）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。