



学校給食献立一覧表



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のとなる食品		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	米・パン・めん いも・砂糖	油脂・種実	
1 月	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		624
	きじ焼き丼	とり肉			たまねぎ	砂糖	なたね油	23.4
	五目汁	豆腐 けずりぶし		にんじん	根深ねぎ だいこん こんにゃく			-
	和風サラダ			にんじん	キャベツ きゅうり	砂糖	ごま 和風ドレッシング	-
2 火	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		674
	八宝菜	いか ぶた肉 うずら卵		チンゲンサイ にんじん	たまねぎ はくさい もやし	じゃがいもでん粉	なたね油	24.3
	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 とうもろこしでん粉 砂糖	米ぬか油 ラード	814
	海藻サラダ	とり肉	わかめ こんぶ ぶのり とさかのり		キャベツ きゅうり		中華ドレッシング(ごま)	28.7
3 水	クロロール 飲用牛乳		飲用牛乳			クロロール		667
	パブリカサラダ			赤ピーマン	キャベツ 黄ピーマン		イタリアンドレッシング	25.9
	煮込みハンバーグ	豆みそ ぶた肉 とり肉 大豆			たまねぎ	砂糖 キャッサバでん粉 とうもろこしでん粉	ひまわり油 なたね油 パーム油 とうもろこし油	804
	オニオンスープ	ベーコン		にんじん パセリ	たまねぎ	じゃがいも クルトン		30.1
4 木	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		651
	まぐろと大豆のみそがらめ	まぐろ 大豆 豆みそ			しょうが	じゃがいもでん粉 砂糖	米ぬか油 ごま	30.8
	磯香あえ		のり	にんじん	もやし キャベツ	砂糖		802
	かしわ汁	とり肉 油揚げ けずりぶし		にんじん	ごぼう だいこん 根深ねぎ			38.1
5 金	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		657
	たこのから揚げ	たこ				米粉 さつまいもでん粉	米ぬか油	28.8
	ほうれんそうのあえもの	まぐろ(油漬)		ほうれんそう	キャベツ	砂糖		805
	高野豆腐のうま煮	凍り豆腐 ぶた肉		にんじん	たまねぎ	じゃがいも 砂糖 じゃがいもでん粉		34.5
8 月	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		688
	抹茶ふりかけ					抹茶ふりかけ		24.7
	わんぱくじゃこ天	ウインナー	ちりめんじゃこ	にんじん	根深ねぎ たまねぎ	小麦粉	米ぬか油	829
	キャベツの昆布あえ		こんぶ	にんじん	キャベツ もやし	砂糖		28.5
9 火	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		664
	さけのおろし銀紙焼き	さけ			だいこん	じゃがいもでん粉 砂糖		26.3
	蓬わかめサラダ	とり肉	くきわかめ		きゅうり キャベツ		ごま ごまドレッシング	801
	つみれ汁	つみれ 油揚げ けずりぶし		にんじん	根深ねぎ だいこん			31
10 水	スライスパン 飲用牛乳		飲用牛乳			スライスパン		671
	野菜カレーサンドの具	とり肉		にんじん	キャベツ	砂糖	マヨネーズ風ドレッシング	23.4
	クリームスープ	ベーコン	牛乳	こまつな にんじん パセリ	たまねぎ	じゃがいも	生クリーム バター 米粉のホワイトルウ	838
	ナタデココボンチ				パイナップル 黄桃 ナタデココ			28.1
11 木	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		642
	中華風コーンスープ(卵入り)	ベーコン 鶏卵			たまねぎ 根深ねぎ スイートコーン	じゃがいもでん粉		25.4
	しゅうまい	ぶた肉 とり肉 大豆 すけとうだら			たまねぎ	じゃがいもでん粉 小麦粉	ラード ごま油	805
	炒めピーマン	ぶた肉 さつま揚げ		こまつな にんじん		ピーマン 砂糖	なたね油	31
12 金	ひじきと干しえびのまぜごはん 飲用牛乳	油揚げ	米ひじき 干しえび 飲用牛乳	にんじん		麦ごはん 砂糖	ごま	664
	ごまつくね	とり肉 とり肉レバー 大豆			たまねぎ	小麦粉 じゃがいもでん粉 砂糖	ごま 大豆油 ラード	26.3
	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	はくさい だいこん 根深ねぎ	じゃがいも		806
15 月	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		666
	厚焼き卵	鶏卵				砂糖 じゃがいもでん粉	なたね油	28.4
	おひたし			ほうれんそう にんじん	キャベツ	砂糖		807
	生揚げのみそ炒め煮	とり肉 生揚げ 豆みそ		にんじん	たまねぎ 根深ねぎ しょうが	砂糖 じゃがいもでん粉	なたね油	33.3
16 火	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		633
	ししゃものなんばん漬け		ししゃも	にんじん	根深ねぎ	砂糖 小麦粉 とうもろこしでん粉 コーンフラワー じゃがいもでん粉	米ぬか油	21.6
	いり大豆あえ	大豆			キャベツ もやし	砂糖		807
	かみなり汁	豆腐 油揚げ けずりぶし		にんじん	こんにゃく		ごま油	26.8
17 水	ツイストパン 飲用牛乳		飲用牛乳			ツイストパン		632
	コーヒー牛乳の素(小学校のみ)					コーヒー牛乳の素		22.7
	豆乳スープ	ウインナー 豆乳 米みそ		にんじん	たまねぎ えだまめ			810
	チキンナゲット	とり肉 大豆			にんにく しょうが	砂糖 コーンフラワー 米粉	米ぬか油 なたね油	29.3
	コーンサラダ				キャベツ きゅうり スイートコーン		コーンクリームドレッシング	

歯と口の健康週間

日曜日	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	米・パン・めん いも・砂糖	油脂・種実	
18	木	豊田めん 飲用牛乳		飲用牛乳			豊田めん	オリーブ油	689
		ナポリタン	とり肉 ウィナー		にんじん ビーマン トマト	たまねぎ	じゃがいもでん粉 砂糖 豊田めん	オリーブ油	26.2
		カニカマサラダ	かに風味かまぼこ			きゅうり キャベツ		コールスロドレッシング	824
		ブルーベリーマフィン	豆乳 鶏卵			ブルーベリー	ホットケーキミックス 砂糖	なたね油	30.5
19	金	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		683
		とよたひまわりポーク丼	ぶた肉		にんじん	たまねぎ しょうが しらす	砂糖		28.7
		めひかりフライ	めひかり				小麦粉	米ぬか油	805
		ごまあえ	油揚げ		にんじん ほうれんそう	キャベツ もやし	砂糖	ごま	32.6
22	月	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		646
		卵と豆腐のしんじょ	すけとうだら 鶏卵 豆腐		にんじん	グリーンピース	砂糖 小麦粉 じゃがいもでん粉	大豆油	22.2
		ぶたキムチ炒め	ぶた肉		にら	たまねぎ キムチ	砂糖	ごま ごま油	827
		米粉だんご汁	けずりぶし		にんじん	だいこん 根深ねぎ ごぼう	米粉だんご		28.3
23	火	麦ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		732
		カレーライス	ぶた肉	ヨーグルト	にんじん	たまねぎ	じゃがいも	カレーウ(甘口・辛口)	23.7
		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	米ぬか油 大豆油	806
		福神あえ				キャベツ きゅうり 福神漬	砂糖	ごま	28
24	水	米粉パン 飲用牛乳		飲用牛乳			米粉パン		624
		豆乳グラタン	豆乳 大豆		にんじん ほうれんそう	たまねぎ スイートコーン	じゃがいも 米粉 水あめ	バーム油 なたね油 とうもろこし油 大豆油	22.1
		チキンサラダ	とり肉		にんじん	キャベツ きゅうり		フレンチドレッシング	826
		ミネストローネ	ベーコン		にんじん トマト パセリ	たまねぎ にんにく セロリ ズッキーニ	じゃがいも マカロニ	オリーブ油	28.2
25	木	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		664
		キャベツ入りミンチカツ	ぶた肉 牛肉 大豆			キャベツ たまねぎ	小麦粉 砂糖 キャッサバでん粉 じゃがいもでん粉	米ぬか油	23.9
		ごまつなのあえもの	とり肉		ごまつな	キャベツ	砂糖		806
		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
26	金	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		654
		きゅうりとツナのあえもの	まぐろ(油漬)		赤ピーマン	きゅうり もやし スイートコーン	砂糖	ごま油 ごま	27.3
		レバーとれんこんの甘辛煮	とりレバー とり肉			れんこん しょうが	じゃがいもでん粉 砂糖	米ぬか油	811
		みそ汁	豆腐 けずりぶし 豆みそ	わかめ	にんじん	根深ねぎ たまねぎ			32.5
29	月	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		654
		さばのゆずみそ煮	さば 米みそ			ゆず	砂糖 米粉		26.6
		ごま酢あえ				もやし キャベツ きゅうり しょうが	砂糖	ごま	804
		じゃがいものそぼろ煮	とり肉 さつま揚げ		にんじん	たまねぎ	じゃがいも 砂糖		31.4
30	火	ごはん 飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		701
		ワンタンスープ	ベーコン		にんじん	根深ねぎ	ワンタン	ごま油	23.9
		大学いも					さつまいも 砂糖	ごま 米ぬか油	864
		チンジャオロース	ぶた肉		ピーマン にんじん	たけのこ たまねぎ しょうが にんにく	砂糖 じゃがいもでん粉	ごま油	28

6月の目標「よくかんで食べよう」

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SPAN、ツイストパン
豊田めん
- 大豆「フクユタカ」…水煮大豆
- 茶…抹茶ふりかけ
- はくさい…キムチ
- ぶた肉「とよたひまわりポーク」



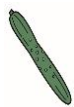
今月の季節の食材



チンゲンサイ



さやいんげん



きゅうり



たまねぎ



じゃがいも

19日(金) 愛知を食べる学校給食の日

豊田市や愛知県でとれた地場産物を使用した給食です。

とよたひまわりポーク丼・牛乳
めひかりフライ・ごまあえ



たべまるのおすすめ

今月は、24日(水)の【ミネストローネ】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

4日(木)～10日(水) 歯と口の健康週間【かみかみ献立】

給食では、かみごたえのある食品や
歯を丈夫にする食品を取り入れています。



※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。

稲武給食センター

●安全・安心・おいしい給食をお届けします●