



日 曜 日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるものとなる食品 魚・肉・卵・豆・豆製品 牛乳・乳製品・小魚・海藻			緑のグループ おもに体の調子を整えるものとなる食品 色のこい野菜・その他の野菜 きのこ・果物			黄のグループ おもにエネルギーのもととなる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・かし・油脂類・種実類			エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
1木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳					ごはん			555 21.1	
	とり肉とたまねぎの五目煮	とり肉・けずりぶし		たまねぎ・にんじん・グリーンピース			じゃがいも・砂糖				
	おひたし	油揚げ		キャベツ・ほうれんそう・にんじん			砂糖				
2金	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			538 23.5	
	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳					ごはん				
	生揚げのみそ炒め	生揚げ・ぶた肉・豆みそ		たまねぎ・にんじん・しょうが			砂糖・じゃがいもでん粉				
	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				
5月	厚焼き卵	かつお・鶏卵・かつおだし					キャッサバでん粉・砂糖・なたね油・パーム油			580 23.1	
	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳					ごはん				
	ふだま汁	豆腐・かまぼこ・けずりぶし		にんじん・しめじ・みつば			豆玉ふ				
	かみかみサラダ ◇和風ドレッシング	まぐろ(油漬)		キャベツ・きゅうり・切干しだいこん			砂糖・和風ドレッシング				
	レバーと大豆のみそがらめ	とり肉・大豆・とりレバー・豆みそ		しょうが			とうもろこしでん粉・じゃがいもでん粉 米ぬか油・砂糖・ごま				
6火	ツイストパン・飲用牛乳	飲用牛乳					ツイストパン			485 16.6	
	ミネストローネ	ショルダーベーコン		たまねぎ・トマト缶・にんじん・セロリ にんにく・パセリ			じゃがいも・マカロニ・オリーブ油				
	えだまめサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング			キャベツ・えだまめ・きゅうり スイートコーン缶			マヨネーズ風ドレッシング				
	チキンナゲット	大豆・とり肉		にんにく			小麦粉・とうもろこしでん粉・なたね油・ラード コーンリッツ・パーム油・米ぬか油				
7水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳					ごはん			514 22.0	
	野菜のみそ汁	ミックスみそ・油揚げ・けずりぶし		だいこん・にんじん・根深ねぎ							
	変わりきんぴら	ぶた肉		ごぼう・にんじん・れんこん・ピーマン			砂糖・米ぬか油・ごま油				
	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				
8木	乾燥小魚	いわし					キャッサバでん粉・砂糖			549 23.1	
	米粉パン・飲用牛乳	飲用牛乳					米粉パン				
	焼きそば	ぶた肉・ちくわ・いか・あおのり		キャベツ・にんじん			中華めん・米ぬか油				
	フルーツポンチ			パイン缶・黄桃缶							
9金	ショウロンボウ	とり肉・ぶた肉		しょうが・たまねぎ			小麦粉・じゃがいもでん粉・砂糖			524 23.3	
	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳					麦ごはん				
	豚丼	ぶた肉		たまねぎ・しらたき・にんじん・さやいんげん しょうが			砂糖				
	ごまあえ	油揚げ		キャベツ・もやし・ほうれんそう・にんじん			砂糖・ごま				
12月	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			509 19.9	
	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳					ごはん				
	豚汁	ぶた肉・豆みそ・けずりぶし		だいこん・こんにゃく・もやし・にんじん ごぼう・根深ねぎ・えのきたけ							
	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			和風ドレッシング				
13火	いかフライのレモンしょうゆがけ	いか		レモン果汁			小麦粉・とうもろこしでん粉・なたね油 米ぬか油・砂糖			502 20.8	
	ミルクロール・飲用牛乳	飲用牛乳					ミルクロール				
	マカロニのクリーム煮	牛乳・とり肉・ショルダーベーコン・脱脂粉乳 チーズ		たまねぎ・にんじん			マカロニ・ベシャメルソースの素 生クリーム・バター				
	コールスローサラダ			キャベツ・きゅうり・スイートコーン缶 にんじん			コールスロドレッシング				
14水	ウインナー	ウインナー								490 18.3	
	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳					ごはん				
	けんちん汁	豆腐・けずりぶし		だいこん・にんじん・ごぼう・根深ねぎ							
	ひじきの炒め煮	大豆・ぶた肉・ひじき・けずりぶし		にんじん			じゃがいも・砂糖・米ぬか油				
15木	あじフリッター	あじ・おきあみ・あおき					小麦粉・とうもろこしでん粉・米粉・砂糖 大豆油・米ぬか油			544 24.4	
	抹茶ふりかけ						抹茶ふりかけ				
	小型ロール・飲用牛乳	飲用牛乳					小型ロール				
	ミートスパゲティ	ぶた肉		たまねぎ・トマト缶・にんじん・グリーンピース			スパゲティ・米ぬか油				
16金	ツナサラダ	まぐろ(油漬)		キャベツ・きゅうり・スイートコーン缶			ごまドレッシング			534 21.7	
	チーズオムレツ	鶏卵・チーズ					キャッサバでん粉・砂糖・なたね油				
	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳					ごはん				
	肉だんごの酢豚風	肉だんご		たまねぎ・にんじん・たけのこ缶・ピーマン			砂糖・じゃがいもでん粉・米ぬか油				
19月	中華あえ			キャベツ・もやし・きゅうり・にんじん			砂糖・ごま油			537 24.2	
	小えびのから揚げ	えび					じゃがいもでん粉・パーム油・米ぬか油				
	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳					ごはん				
	麦みそ汁	豆腐・麦みそ・油揚げ・けずりぶし		にんじん・根深ねぎ			じゃがいも				
20火	いりどり	とり肉・ちくわ・けずりぶし		こんにゃく・にんじん・ごぼう・れんこん			砂糖・ごま油・米ぬか油			592 19.2	
	さばの煮つけ	さば		しょうが			とうもろこしでん粉・砂糖				
	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳					麦ごはん				
	カレーライス	ぶた肉・チーズ・脱脂粉乳		たまねぎ・にんじん			じゃがいも・カレールー(甘口・辛口)				
21水	チキンサラダ	とり肉(蒸)		キャベツ・きゅうり・にんじん			フレンチドレッシング			507 19.2	
	ミックスフルーツ			パイン缶・黄桃缶・みかん缶							
	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳					ごはん				
	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			じゃがいも・砂糖				
21水	のり酢あえ	まぐろ(油漬)・のり		キャベツ・もやし・にんじん・レモン果汁			ごま・砂糖			507 19.2	
	めひかりフライ	めひかり					小麦粉・米ぬか油				

歯と口の健康週間





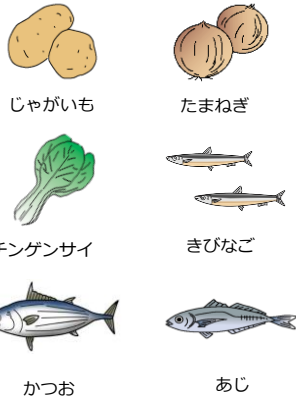
Table with columns: 曜日, 献立名, 赤のグループ (おにも体をつくるものになる食品), 緑のグループ (おにも体の調子を整えるものになる食品), 黄のグループ (おにもエネルギーのもとになる食品), エネルギー (kcal) たんぱく質 (g). Rows include items like スライスパン・飲用牛乳, オニオンスープ, ピーンズサラダ, etc.

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」
...スライスパン、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
●茶...抹茶ふりかけ
●ぶた肉「とよたひまわりポーク」
●じゃがいも ●にんじん
●キャベツ ●たまねぎ
●だいこん

〈今月の季節の食材〉



4日～10日 歯と口の健康週間 【かみかみ献立】

給食では、5日～9日にかみごたえのある食品を使用しています。

- ・かみかみサラダ
・乾燥小魚
・えだまめサラダ
・きびなごのから揚げ
虫歯を防ぐ 消化・吸収が良くなる 脳の働きが活発になる

よくかんで食べましょう！

たべまるのおすすめ

今月は、小・中学校の【ミートソース】まる。作り方や写真は、豊田市の「クックパッド公式キッチン」を見るまる。レシポの検索画面に「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

22日(木) 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。
「スライスパン、ラ・フランスジャム、牛乳、オニオンスープ、ピーンズサラダ、まるっととよたひまわりポークミンチカツ」



※献立一覧表は、豊田市ホームページで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。

※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。