

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)
		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	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	おもにエネルギーのものとなる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・かし・油脂類・種実類	
3月	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	557 17.0
	ハヤシライス	ぶた肉	たまねぎ・にんじん・トマト缶・グリーンピース	じゃがいも・ハヤシルウ	
	ごぼうサラダ		キャベツ・ごぼう・にんじん・きゅうり	ごまドレッシング・砂糖	
	パイ		パイ缶		
4火	クロロール・飲用牛乳	飲用牛乳		クロロール	519 22.2
	ポタージュスープ	牛乳・ショルダーベーコン・脱脂粉乳・チーズ	たまねぎ・にんじん・グリーンピース	じゃがいも・ベシヤメルソースの素 生クリーム・バター	
	ツナサラダ	まぐろ(油漬)	キャベツ・きゅうり	コールスロドレッシング	
	チキンカツ	大豆・とり肉		小麦粉・キャッサバでん粉・大豆油 なたね油・米ぬか油	
	コーヒー牛乳の素			コーヒー牛乳の素	
5水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	476 18.5
	豆腐とチンゲンサイのスープ	豆腐・ベーコン	チンゲンサイ・もやし・にんじん	じゃがいもでん粉	
	拌三絲(パンサンズー)		キャベツ・きゅうり・にんじん	はるさめ・砂糖・ごま油	
	中華風みそ炒め	とり肉・豆みそ	たまねぎ・たけのこ	砂糖・じゃがいもでん粉・米ぬか油	
	プチゼリー(アセロラ)			プチゼリー(アセロラ)	
6木	ミルクロール・飲用牛乳	飲用牛乳		ミルクロール	493 19.5
	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	
	サラダ		キャベツ・にんじん・きゅうり	コーンクリーミードレッシング	
	れんこんサンドフライ	大豆・とり肉	たまねぎ・れんこん・しいたけ	小麦粉・じゃがいもでん粉・米ぬか油	
7金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	513 24.3
	高野豆腐のうま煮	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・じゃがいもでん粉	
	たくあんあえ		キャベツ・たくあん漬・きゅうり	ごま・砂糖	
	いわしの梅煮	いわし	梅干し	とうもろこしでん粉・砂糖	
10月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	477 18.6
	筑前煮	とり肉・はんぺん・けずりぶし	こんにやく・にんじん・ごぼう・れんこん	砂糖・ごま油・米ぬか油	
	キャベツの昆布あえ	こんぶ	キャベツ・もやし・きゅうり	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	
	ふりかけ(野菜と雑穀)			ふりかけ(野菜と雑穀)	
11火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	488 20.3
	あおさ汁	豆腐・ミックスみそ・油揚げ・けずりぶし・あおさ	たまねぎ・にんじん・根深ねぎ		
	ヘルシー五目きんぴら	ぶた肉	しらたき・にんじん・ごぼう	じゃがいも・砂糖・ごま・米ぬか油	
	たらフライ	大豆・すけとうだら		小麦粉・キャッサバでん粉・えごま油・米ぬか油	
12水	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	518 18.8
	豚丼	ぶた肉	たまねぎ・しらたき・にんじん・しょうが	砂糖	
	いり大豆あえ	大豆	キャベツ・もやし・ほうれんそう・にんじん	砂糖	
	いかなゲット	大豆・いか・たちうお		小麦粉・とうもろこしでん粉・砂糖 なたね油・キャッサバでん粉・パーム油 ラード・米ぬか油	
13木	米粉パン・飲用牛乳	飲用牛乳		米粉パン	526 21.9
	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	
	ナムル		もやし・チンゲンサイ・きゅうり・にんじん	ごま・砂糖・ごま油	
	ぎょうざ	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・米でん粉 キャッサバでん粉・ラード	
14金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	445 18.2
	ふだま汁	豆腐・かまぼこ・けずりぶし	にんじん・みつば	豆玉ふ	
	ちらしずし	油揚げ	たけのこ・にんじん・れんこん・かんぴょう	砂糖	
	ちくわの磯辺揚げ	ちくわ・あおのり		小麦粉・米ぬか油	
	乾燥小魚	いわし		キャッサバでん粉・砂糖	
17月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	500 19.5
	豆乳のバランスみそ汁	豆乳・米みそ・油揚げ・けずりぶし	だいこん・はくさい・にんじん・根深ねぎ	じゃがいも	
	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	
18火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	507 20.3
	肉じゃが	ぶた肉	たまねぎ・しらたき・にんじん	じゃがいも・砂糖	
	ごま酢あえ		キャベツ・もやし・きゅうり・しょうが	砂糖・ごま	
	厚焼き卵	鶏卵		キャッサバでん粉・砂糖・なたね油	
19水	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	600 18.9
	カレーライス	ぶた肉・チーズ・脱脂粉乳	たまねぎ・にんじん・グリーンピース	じゃがいも・カレールウ(甘口・辛口)	
	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	
	フルーツゼリーミックス		パイ缶・みかん缶	カクテルゼリー	
20木	ツイストパン・飲用牛乳	飲用牛乳		ツイストパン	561 22.1
	ポークビーンズ	大豆・ぶた肉・ベーコン	たまねぎ・にんじん・グリーンピース	じゃがいも・砂糖	
	フレンチサラダ		キャベツ・きゅうり・スイートコーン缶 にんじん・レモン果汁	オリーブ油・砂糖	
	ウインナー	ウインナー			
	コーヒー牛乳の素			コーヒー牛乳の素	

花見献立



Table with columns: 曜日, 献立名, 赤のグループ (おもとに体をつくるもとになる食品), 緑のグループ (おもとに体の調子を整えるもとになる食品), 黄のグループ (おもと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). Rows include dates from 21st to 28th with various menu items like ごはん, サラダ, パン, etc.

4月の目標「楽しく給食を食べよう」

献立一覧表では、食品を体内での働きによって3つのグループに分けています。

普段の食事でも、3つのグループの食品をバランスよく組み合わせさせて食べましょう。

豊田の農産物
●米「大地の風」
●小麦「きぬあかり」
●大豆「フクユタカ」
●いちご...いちごジャム

おもとに体をつくるもとになる食品
たんぱく質・無機質を多く含む食品
(魚, 卵, 牛乳, 豆腐, etc.)

おもとに体の調子を整えるもとになる食品
ビタミンや無機質を多く含む食品
(野菜, 果物, etc.)

おもとにエネルギーのもとになる食品
炭水化物・脂質を多く含む食品
(パン, 麺, 油, etc.)

<今月の季節の食材>

※給食は、1日に必要な栄養素の1/3を摂取できるように献立を作成しています。...



入園・進級祝い献立 21日(金)

いちごゼリー (豆乳クリーム添え)



花見献立 14日(金) ・ちらしずし

たべまるのおすすめ

今年度も【豊田市の学校給食人気料理】を、たべまる給食としてレシピを紹介していくまる！ 4月は25日(火)の【ビーンズマセドアン(チーズ入り)】まる。



たべまる給食 検索



※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。

▲豊田市クックパッド公式キッチンはこちらから
※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。