



日 曜日	献立名	主に体の組織をつくる食品群		主に体の調子を整える食品群		主にエネルギーになる食品群		給食回数 21回
		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	穀類・いも・砂糖	油脂・種実	
2月	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		
	とり肉と野菜のうま煮	とり肉・けずりぶし		にんじん さやいんげん	たまねぎ	じゃがいも・砂糖	米ぬか油	
	海藻サラダ		ひじき・わかめ	にんじん	キャベツ・きゅうり		たまねぎドレッシング	
	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	
3火	スライスパン・飲用牛乳		飲用牛乳			スライスパン		
	ポークビーンズ	大豆・ぶた肉 ベーコン		にんじん	たまねぎ グリーンピース	じゃがいも・砂糖		
	サワーキャベツ			にんじん	キャベツ・きゅうり スイートコーン レモン果汁	砂糖		
	ハムステーキ	とり肉・ぶた肉				じゃがいもでん粉 キャッサバでん粉 砂糖	ラード	
	ブルーベリージャム				ブルーベリージャム			
4水	麦ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		
	豚丼	ぶた肉		にんじん	たまねぎ・しらたき しょうが	砂糖	米ぬか油	
	かんぴょうサラダ				キャベツ・きゅうり スイートコーン かんぴょう	砂糖	ごまドレッシング	
	コロケ			にんじん	切干しだいこん ごぼう・れんこん	米粉・じゃがいも 砂糖	米ぬか油	
5木	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		
	肉じゃが	ぶた肉		にんじん	たまねぎ・しらたき	じゃがいも・砂糖		
	たくあんあえ				キャベツ・きゅうり たくあん漬	砂糖	ごま	
	いか香味揚げ	大豆・いか すけとうだら	あおさ		たまねぎ	小麦粉 とうもろこしでん粉 じゃがいもでん粉	なたね油・米ぬか油	
6金	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		にんじん	根深ねぎ・ごぼう			
	和風サラダ	とり肉（蒸）		にんじん	キャベツ・きゅうり	砂糖	和風ドレッシング	
	まぐろと大豆のみそがらめ	まぐろ・大豆・豆みそ			しょうが	砂糖 じゃがいもでん粉	米ぬか油・ごま	
9月	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		ヒレカツ 小1個 中・高・職2個
	あおさ汁	豆腐・ミックスみそ けずりぶし	あおさ	にんじん	たまねぎ・根深ねぎ	じゃがいも		
	青菜あえ			にんじん・菜めし粉	キャベツ・もやし			
	ヒレカツ	ぶた肉				小麦粉・米粉 とうもろこしでん粉	米ぬか油	
10火	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		
	すまし汁	豆腐・けずりぶし		にんじん・みつば	たまねぎ・しめじ			
	切干しだいこんのソース炒め	ぶた肉・ちくわ かつお節	あおのり		キャベツ 切干しだいこん		米ぬか油	
	さばの煮つけ	さば			しょうが	砂糖		
11水	麦ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		大学いも 小1個 中・高・職2個
	中華飯	うずら卵・ぶた肉 えび		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ・はくさい もやし	じゃがいもでん粉		
	華風あえ	とり肉（蒸）			キャベツ・きゅうり	はるさめ・砂糖	ごま油	
	大学いも					さつまいも・砂糖	米ぬか油	
12木	サンドイッチパンズ・飲用牛乳		飲用牛乳			サンドイッチパンズ		
	コーンチャウダー	ショルダーベーコン	牛乳・チーズ	にんじん・パセリ	たまねぎ スイートコーン	じゃがいも	ベシャメルソースの素 生クリーム	
	コールスローサラダ			にんじん	キャベツ・きゅうり		コールスロドレッシング	
	フィッシュバーガー	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	
	野菜ゼリー			野菜ゼリー				
13金	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		
	豚汁	豆腐・ぶた肉 豆みそ・けずりぶし		にんじん	だいこん・ごぼう 根深ねぎ			
	ひじきサラダ		ひじき	にんじん	キャベツ・きゅうり スイートコーン	砂糖	マヨネーズ風ドレッシング	
	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		
16月	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		
	かしわ汁	豆腐・とり肉 けずりぶし		にんじん	根深ねぎ			
	ゆかりあえ			にんじん・しそ（粉）	キャベツ・もやし きゅうり	砂糖		
	かつおのミンチカツ	かつお			しょうが・たまねぎ	小麦粉・砂糖	なたね油・米ぬか油 とうもろこし油	
17火	米粉パン・飲用牛乳		飲用牛乳			米粉パン		野菜入り しゅうまい 小1個 中・高・職2個
	焼きそば	ぶた肉・えび	あおのり	にんじん	キャベツ	中華めん	米ぬか油	
	ごぼうサラダ			にんじん	ごぼう・きゅうり もやし		ごまドレッシング	
	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 とうもろこし	小麦粉・砂糖	ラード	

歯と口の健康週間

日曜日	献立名	主に体の組織をつくる食品群		主に体の調子を整える食品群		主にエネルギーになる食品群		給食回数 21回
		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	穀類・いも・砂糖	油脂・種実	
18水	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	にんじん	たまねぎ グリーンピース	じゃがいも	カレールウ(甘口)	
	チキンサラダ	とり肉(蒸)		にんじん	キャベツ・きゅうり		和風ドレッシング	
	レモンポンチ				黄桃・パイナップル みかん・レモン果汁			
19木	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> 愛知を食べる 学校給食の日献立 </div>  あじフリッター 小1個 中・高・職2個
	生揚げの卵とじ	生揚げ・鶏卵 ぶた肉・けずりぶし		にんじん さやいんげん	たまねぎ	じゃがいも・砂糖		
	おひたし			にんじん	キャベツ・もやし	砂糖		
	あじフリッター	あじ	おきあみ・あおさ			小麦粉・米粉・砂糖 とうもろこしでん粉	大豆油・米ぬか油	
20金	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		
	肉だんごのスープ	肉だんご		にんじん	たまねぎ・根深ねぎ しょうが	じゃがいもでん粉		
	野菜のみそ炒め	ぶた肉・豆みそ		にんじん	キャベツ・たまねぎ	砂糖	ごま油	
	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・水あめ じゃがいもでん粉	大豆油・米ぬか油	
23月	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		
	ふだま汁	豆腐・けずりぶし		にんじん・みつば	しめじ	豆玉ふ		
	かみかみサラダ	まぐろ(油漬)			キャベツ・きゅうり 切干しだいこん		和風ドレッシング	
	レバーとじゃがいもの甘辛煮	とりレバー・とり肉				じゃがいも・砂糖 じゃがいもでん粉 とうもろこしでん粉	米ぬか油	
24火	豊田めん・飲用牛乳		飲用牛乳			豊田めん		
	トマトソースかけ	ぶた肉		にんじん トマトピューレー パジル・ローリエ	たまねぎ	じゃがいもでん粉 砂糖	米ぬか油 オリーブ油	
	ビーンズサラダ	大豆		にんじん	キャベツ・きゅうり		マヨネーズ風ドレッシング	
	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・パーム油	
25水	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		ぎょうざ 小1個 中・高・職2個
	豆腐の中華煮	豆腐・ぶた肉		にんじん	たまねぎ・はくさい	じゃがいもでん粉 砂糖	米ぬか油・ごま油	
	拌三絲(パンサンスー)			にんじん	キャベツ・きゅうり	はるさめ・砂糖	ごま油	
	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	
26木	ツイストパン・飲用牛乳		飲用牛乳			ツイストパン		
	パスタスープ	ベーコン		にんじん	たまねぎ・キャベツ	じゃがいも・マカロニ		
	コーンサラダ				キャベツ・きゅうり スイートコーン		フレンチドレッシング	
	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	ラード	
	コーヒー牛乳の素					コーヒー牛乳の素		
27金	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			ごはん		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> たべまるの おすすめ </div> 
	豆乳のバランスみそ汁	豆腐・豆乳・米みそ けずりぶし			はくさい・だいこん 根深ねぎ	じゃがいも		
	のり酢あえ	まぐろ(油漬)	のり	にんじん	キャベツ・もやし レモン果汁	砂糖	ごま	
	とり肉のから揚げ	とり肉			しょうが	じゃがいもでん粉	米ぬか油	
30月	麦ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳			麦ごはん		
	わかめスープ	豆腐	わかめ	にんじん	たまねぎ			
	ピビンバ丼(豚肉)	ぶた肉		ほうれんそう にんじん	もやし・しょうが	砂糖	ごま油・ごま 米ぬか油	
	チヂミ	大豆		にら・にんじん	たまねぎ	とうもろこしでん粉 米粉・じゃがいも じゃがいもでん粉 キャッサバでん粉	ショートニング	
	ヨーグルト		ヨーグルト					

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」・・・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、豆腐、生揚げ
- にんじん
- じゃがいも



<今月の季節の食材>



※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。
※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。



【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。

19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。

ごはん・牛乳・生揚げの卵とじ
あじフリッター・おひたし



今月の平均栄養量

	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミン				食物繊維	食塩相当量
	kcal	g	g	mg	mg	A μgRAE	B ₁ mg	B ₂ mg	C mg	g	g
小学部	571	22.0	20.2	338	2.9	307	0.49	0.49	30	3.5	2.0
中学部	664	25.2	22.7	359	3.7	361	0.60	0.53	36	4.2	2.4
高等部	719	26.9	23.9	368	3.8	388	0.65	0.55	39	4.6	2.6

たべまるのおすすめ

今月は、27日(金)の【のり酢あえ】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。



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

※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。

●安全・安心・おいしい給食をお届けします●

