2023年度　1月　　給食献立一覧表　　献立Ａ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 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）
5	金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	488 17.2
		みそ汁	豆腐・豆みそ・油揚げ・けずりぶし・わかめ	たまねぎ	じゃがいも	
		おひたし		キャベツ・ほうれんそう・にんじん	砂糖	
		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	
9	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	523 20.0
		根菜のみそ煮	とり肉・豆みそ・はんぺん・けずりぶし	だいこん・にんじん・れんこん・ごぼう	じゃがいも・砂糖	
		七草ごはん　七草献立		七草・だいこん・だいこんの葉	ごま	
		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	
		プチゼリー（みかん）			プチゼリー（みかん）	
10	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	501 17.0
		かしわ汁	とり肉・けずりぶし	はくさい・にんじん・根深ねぎ	さといも	
		煮あえ	油揚げ・けずりぶし・こんぶ	だいこん・にんじん・れんこん	砂糖	
		たこナゲット	大豆・いか・たこ・たちうお		小麦粉・とうもろこしでん粉・キャッサバでん粉 砂糖・なたね油・ラード・米ぬか油	
		ふりかけ（野菜と雑穀）			ふりかけ（野菜と雑穀）	
11	木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	550 19.5
		関東煮	生揚げ・ちくわ・けずりぶし・こんぶ	こんにゃく・にんじん	じゃがいも・砂糖	
		くりぜんざい			くり・砂糖・あずき	
		厚焼き卵	鶏卵・かつおだし・こんぶだし		キャッサバでん粉・砂糖・大豆油・なたね油	
12	金	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	486 18.5
		麻婆豆腐	豆腐・ぶた肉・豆みそ	たまねぎ・にんじん・根深ねぎ・しょうが	じゃがいもでん粉・砂糖・ごま油	
		華風あえ		キャベツ・もやし・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 とうもろこし	小麦粉・砂糖・ラード	
15	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	534 20.7
		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	
		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	
		レバーとこんにゃくの甘辛煮	とり肉・とりレバー	こんにゃく	とうもろこしでん粉・じゃがいもでん粉 米ぬか油・砂糖	
16	火	スライスパン・飲用牛乳	飲用牛乳		スライスパン	501 20.0
		たまごスープ	鶏卵・ベーコン	たまねぎ・パセリ	じゃがいもでん粉	
		コーンサラダ		キャベツ・スイートコーン・にんじん	コールスロードレッシング	
		ハンバーグ ◇中濃ソース（ハンバーグ用）	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・米ぬか油	
		いちごジャム		いちごジャム		
17	水	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	608 20.2
		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・カレールウ（甘口・辛口）	
		いかサラダ	いか	キャベツ・きゅうり	ごまドレッシング・砂糖	
		みかん		みかん(生)		
18	木	米粉パン・飲用牛乳	飲用牛乳		米粉パン	566 23.1
		マカロニのクリーム煮	牛乳・とり肉・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	
		フレンチサラダ		キャベツ・スイートコーン・にんじん きゅうり	フレンチドレッシング	
		たらナゲット	すけとうだら		小麦粉・とうもろこしでん粉・米粉 じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉 なたね油・ラード・米ぬか油	
19	金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	486 18.7
		八杯汁　たべまるのおすすめ	豆腐・けずりぶし・こんぶ	はくさい・にんじん・ごぼう・根深ねぎ	じゃがいもでん粉	
		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・もやし	米ぬか油	
		ししゃもフライ	大豆・からふとししゃも		小麦粉・キャッサバでん粉・米ぬか油	
		プチゼリー（アセロラ）			プチゼリー（アセロラ）	
22	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	535 24.6
		つくね汁	肉だんご・油揚げ・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	ぶた肉・大豆・ひじき・けずりぶし	にんじん	じゃがいも・砂糖・米ぬか油	
		いわしの梅煮	いわし	梅干し	とうもろこしでん粉・砂糖	
23	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	537 18.7
		五目スープ	ぶた肉	チンゲンサイ・にんじん・たけのこ	はるさめ・じゃがいもでん粉	
		ナムル	とり肉（蒸）	はくさい・もやし	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・じゃがいもでん粉・粉あめ 大豆油・ラード・米ぬか油	
		乾燥小魚	いわし		キャッサバでん粉・砂糖	
24	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	528 22.3
		豚汁	豆腐・ぶた肉・豆みそ・油揚げ・けずりぶし	はくさい・にんじん・ごぼう・根深ねぎ		
		たくあんあえ		キャベツ・たくあん漬・きゅうり	ごま・砂糖	
		さばの煮つけ	さば	しょうが	砂糖	
25	木	ツイストパン・飲用牛乳	飲用牛乳		ツイストパン	527 19.3
		大麦と野菜のスープ	ショルダーベーコン	だいこん・にんじん・キャベツ・パセリ	じゃがいも・押麦・米ぬか油	
		ブロッコリーサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング		キャベツ・ブロッコリー・きゅうり	マヨネーズ風ドレッシング	
		とり肉のトマト煮込み	とり肉	たまねぎ・トマト・バジル	砂糖・オリーブ油・じゃがいもでん粉	
		コーヒー牛乳の素			コーヒー牛乳の素	

全国学校給食週間

2023年度　1月　　給食献立一覧表　　献立Ａ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名		赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 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）
26	金	ごはん・飲用牛乳	全国学校給食週間	飲用牛乳		ごはん	543 21.1
		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	
		はくさいとかぶの酢の物			はくさい・かぶ・にんじん・きゅうり	砂糖	
		納豆あえ		納豆・チーズ	パセリ	砂糖	
29	月	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳		ごはん	533 22.9
		すきやき風煮		ぶた肉・焼き豆腐	はくさい・こんにゃく・根深ねぎ・えのきたけ	砂糖	
		和風サラダ ◇和風ドレッシング			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	
		花型はんぺん		すけとうだら・このしろ	にんじん・キャベツ・スイートコーン	じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉 砂糖・大豆油・なたね油	
30	火	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	476 20.9
		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	
		ツナサラダ		まぐろ（油漬）	キャベツ・きゅうり	コールスロードレッシング	
		とんカツドッグ ◇中濃ソース（ドッグ用）		大豆・ぶた肉		小麦粉・とうもろこしでん粉 キャッサバでん粉・米ぬか油	
31	水	麦ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳		麦ごはん	472 15.3
		中華飯		ぶた肉・いか	たまねぎ・はくさい・にんじん・もやし チンゲンサイ	じゃがいもでん粉	
		拌三絲（バンサンスー）			キャベツ・にんじん・きゅうり	はるさめ・砂糖・ごま油	
		愛知の野菜入り揚げぎょうざ		ぶた肉	にんじん・たまねぎ・れんこん	小麦粉・じゃがいもでん粉・砂糖 なたね油・米ぬか油	

1月の目標「給食について知ろう」

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、焼き豆腐、納豆
- ●七草　●さといも　●にんじん
- ●キャベツ　●だいこん　●はくさい

＜今月の季節の食材＞

ブロッコリー

かぶ

だいこん

みかん

さば

はくさい

七　草　9日（火）

昔は１月７日に、七草を神前にお供えし、おかゆなどにして食べることで、病気にならないように祈っていました。

現在でも、正月に七草がゆとして食べる習慣が残っています。

松平地区でとれた七草を使い、「七草ごはん」を実施します。

春の七草

♪「せりなずな・ごぎょうはこべら・ほとけのざ・すずなすずしろ・春の七草」
短歌のリズムで覚えるのがおすすめです。

せり

なずな

ごぎょう

はこべら

ほとけのざ

すずな
かぶの葉

すずしろ
だいこんの葉

たべまるのおすすめ

今月は、19日（金）の
【切干しだいこんのソース炒め】まる。
作り方や写真は、豊田市ホームページのトップページ「クックパッド公式キッチン」をクリックするまる。
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

全国学校給食週間　24日（水）～30日（火）

日本の学校給食は、明治２２年に山形県の小学校で始まったといわれています。

戦争によって一時中止されていましたが、戦後、外国からの援助により、学校給食は再開されました。このことを記念して、**「全国学校給食週間」**が定められました。

現在の学校給食は、食べることが困難だったころから大きく変わり、バランスのよい食事見本として「生きた教材」の役割を担っています。

※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。

2023年度　2月　　給食献立一覧表　　献立Ａ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 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	524 22.9
		だいこんのそぼろ煮	生揚げ・ぶた肉・けずりぶし	だいこん・にんじん・しょうが	砂糖・じゃがいもでん粉	
		いかサラダ	いか	キャベツ・きゅうり	ごまドレッシング	
		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	
2	金	麦ごはん・飲用牛乳　節分献立	飲用牛乳		麦ごはん	495 20.0
		かしわ汁	とり肉・けずりぶし	だいこん・にんじん・葉ねぎ	さといも	
		なばなのおひたし		キャベツ・ほうれんそう・なばな スイートコーン	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	
5	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	495 18.2
		はくさい汁	けずりぶし	はくさい・だいこん・にんじん・根深ねぎ		
		和風サラダ・◇和風ドレッシング	とり肉（蒸）	キャベツ・きゅうり	砂糖・和風ドレッシング	
		ほっけフライ・◆ウスターソース	ほっけ		小麦粉・じゃがいもでん粉・米ぬか油	
6	火	米粉パン・飲用牛乳	飲用牛乳		米粉パン	538 25.3
		焼きそば	ぶた肉・いか・ちくわ・あおのり	キャベツ・にんじん	中華めん・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	
		えびしゅうまい	えび・すけとうだら	たまねぎ	小麦粉・じゃがいもでん粉・パーム油	
7	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	511 19.2
		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・根深ねぎ・ごぼう		
		ひじきサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング	まぐろ（油漬）・ひじき	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	
		愛知のれんこん入りつくね	大豆・とり肉	たまねぎ・れんこん	じゃがいもでん粉・砂糖・なたね油 パーム油・ラード・牛脂	
8	木	ツイストパン・飲用牛乳	飲用牛乳		ツイストパン	538 18.8
		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・グリンピース	マカロニ・ベシャメルソースの素 生クリーム・バター	
		コーンサラダ		キャベツ・スイートコーン・きゅうり	コーンクリーミードレッシング	
		ミックスフルーツ		パインアップル・黄桃・みかん		
9	金	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	483 18.6
		ワンタンスープ	ベーコン	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	ごま・砂糖・ごま油	
		チャーハン	ぶた肉	たくあん漬・にんじん・根深ねぎ	ごま油	
		プチゼリー（アセロラ）			プチゼリー（アセロラ）	
13	火	小型ロール・飲用牛乳	飲用牛乳		小型ロール	529 20.1
		ミートスパゲティ	ぶた肉	たまねぎ・にんじん・トマトピューレー グリンピース	スパゲティ・米ぬか油	
		フレンチサラダ		キャベツ・きゅうり・にんじん	フレンチドレッシング	
		たこナゲット	大豆・いか・たこ・たちうお		小麦粉・とうもろこしでん粉 キャッサバでん粉・砂糖・なたね油 ラード・米ぬか油	
14	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	588 20.9
		親子煮	鶏卵・とり肉・けずりぶし	たまねぎ・にんじん・グリンピース	じゃがいも・砂糖	
		花野菜サラダ		キャベツ・ブロッコリー・カリフラワー スイートコーン	香味野菜ドレッシング	
		わんぱくじゃこ天	ウインナー・ちりめんじゃこ	たまねぎ・にんじん・根深ねぎ	小麦粉・米ぬか油	
15	木	りんごパン・飲用牛乳	飲用牛乳		りんごパン	493 18.9
		大麦と野菜のスープ	とり肉・ベーコン	たまねぎ・キャベツ・にんじん・パセリ	押麦・米ぬか油	
		ビーンズマセドアン	大豆	にんじん・きゅうり	じゃがいも・コールスロードレッシング	
		たらフライ・◆ウスターソース	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	
16	金	ごはん・飲用牛乳　たべまるのおすすめ	飲用牛乳		ごはん	518 18.7
		おでん	生揚げ・ちくわ・けずりぶし・こんぶ	だいこん・こんにゃく	さといも	
		青菜あえ		キャベツ・はくさい・もやし・にんじん 菜めし粉		
		肉みそ	ぶた肉・豆みそ		砂糖	
19	月	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	577 21.3
		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	
		コールスローサラダ		キャベツ・スイートコーン・きゅうり	コールスロードレッシング	
		根菜ドライカレー	ぶた肉	たまねぎ・にんじん・ごぼう・れんこん	小麦粉	
20	火	三河赤鶏五目ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳・とり肉・油揚げ	にんじん・ごぼう・しいたけ	ごはん・砂糖・大豆油	539 23.1
		のっぺい汁	ちくわ・けずりぶし・こんぶ	だいこん・こんにゃく・にんじん・根深ねぎ	さといも・じゃがいもでん粉・ごま油	
		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	
		さばの煮つけ	さば	しょうが	砂糖	
21	水	ごはん（ミネアサヒ）・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	564 20.9
		根菜のうま煮　豊田ブランドの日	生揚げ・とり肉・けずりぶし	だいこん・にんじん・れんこん・ごぼう さやいんげん	砂糖	
		おかかあえ	油揚げ・かつお節	キャベツ・もやし・ほうれんそう・にんじん	砂糖	
		まるっとととよたひまわりポーク コロッケ	大豆・ぶた肉	たまねぎ	小麦粉・とうもろこしでん粉・じゃがいも 砂糖・なたね油・マーガリン・米ぬか油	

2023年度　2月　　給食献立一覧表　　献立Ａ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 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）
22	木	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	576 22.2
		肉じゃが	ぶた肉	たまねぎ・しらたき・にんじん・グリンピース	じゃがいも・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	
		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	
26	月	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	533 21.2
		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・さやいんげん	じゃがいも・砂糖・じゃがいもでん粉	
		切干しだいこんのごま酢あえ		キャベツ・にんじん・切干しだいこん しょうが	砂糖・ごま	
		ちくわの天ぷら	ちくわ		小麦粉・米ぬか油	
		海の五目佃煮	かつお節・こんぶ・のり・ひじき わかめ・寒天		砂糖・水あめ	
27	火	**スライスパン・飲用牛乳**	飲用牛乳		スライスパン	548 20.1
		根菜シャキシャキポトフ	ウインナー	だいこん・たまねぎ・にんじん・れんこん パセリ	じゃがいも	
		キャロットサラダ		にんじん・きゅうり・スイートコーン レモン果汁	オリーブ油・砂糖	
		ハンバーグ ◇中濃ソース（ハンバーグ用）	牛肉・とり肉・ぶた肉	たまねぎ	小麦粉・じゃがいもでん粉・砂糖・米ぬか油	
		メープルジャム			メープルジャム	
28	水	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	540 21.7
		けんちん汁	豆腐・けずりぶし	だいこん・にんじん・根深ねぎ・ごぼう		
		こまつなのおひたし	油揚げ	キャベツ・もやし・こまつな・にんじん	砂糖	
		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	
29	木	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	511 19.0
		生揚げの中華炒め	生揚げ・ぶた肉	はくさい・にんじん・にんにく	はるさめ・じゃがいもでん粉 米ぬか油・砂糖・ごま油	
		華風あえ		キャベツ・もやし・きゅうり	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	

2月の目標「日本の伝統的な食文化を知ろう」

豊田の農産物

- 米「大地の風」「特別栽培米ミネアサヒ（赤とんぼ米）」
  ・・・ごはん、麦ごはん、米粉パン、三河赤鶏五目ごはん
- 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、生揚げ、油揚げ
- キャベツ　●にんじん　●だいこん　●さといも
- はくさい　●なばな　●葉ねぎ
- ぶた肉「とよたひまわりポーク」
  ・・・まるっととよたひまわりポークコロッケ

2月3日は「節分」

節分は「立春」の前日で、冬から春へ季節を分ける節目の日です。
節分の豆まきには、鬼を追い払い、福を呼び寄せるという意味があります。また、ひいらぎの小枝にいわしの頭を刺し、家の戸口にさげる風習もあります。

2日（金）に「節分献立」を実施します。
・いわしのしょうが煮

21日（水）豊田ブランドの日

豊田市でとれた食材を使用した献立です。

ごはん…米「特別栽培米ミネアサヒ(赤とんぼ米)」
根菜のうま煮…生揚げ・にんじん・だいこん
おかかあえ…油揚げ・にんじん・キャベツ
まるっととよたひまわりポークコロッケ…とよたひまわりポーク

＜今月の季節の食材＞

ほうれんそう

なばな

れんこん

だいこん

はくさい

給食に登場！特別栽培米ミネアサヒ「赤とんぼ米」

「赤とんぼ米」とは、農薬の使用回数や化学肥料の窒素成分量を半分以下まで減らした特別栽培米です。
農薬により減ってしまったといわれる赤とんぼの復活を目指してその名が付けられました。

赤とんぼ米農家
中根さん

「とよた給食ニュース1月号」に赤とんぼ米についてさらに詳しく掲載されています。

たべまるのおすすめ

今月は、16日（金）の【肉みそ】まる。作り方や写真は、豊田市ホームページのトップページ「クックパッド公式キッチン」をクリックするまる。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

※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。

2023年度　3月　　給食献立一覧表　　献立Ａ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 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	金	ごはん・飲用牛乳　ひなまつり献立	飲用牛乳		ごはん	578 22.7
		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	
		ちらしずし	ちくわ・油揚げ	にんじん・れんこん・たけのこ・かんぴょう	砂糖	
		とり肉の照り焼き	とり肉		砂糖・じゃがいもでん粉・米ぬか油	
		ひなあられ			ひなあられ	
4	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	475 18.9
		沢煮わん	ぶた肉・けずりぶし	ごぼう・にんじん・たけのこ・えのきたけ みつば・しょうが	米ぬか油	
		青菜あえ		キャベツ・はくさい・もやし・にんじん 菜めし粉		
		カレイフライ・◆ウスターソース	かれい		小麦粉・コーンフラワー・米ぬか油	
5	火	米粉パン・飲用牛乳	飲用牛乳		米粉パン	558 20.7
		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	
		ごぼうサラダ・◇和風ドレッシング		キャベツ・ごぼう・にんじん・きゅうり	砂糖・和風ドレッシング	
		ショウロンポウ	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	
6	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	523 19.0
		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・ほうれんそう・にんじん	砂糖	
		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	
7	木	スライスパン・飲用牛乳	飲用牛乳		スライスパン	473 18.7
		コーンクリームスープ	牛乳・脱脂粉乳・チーズ	スイートコーン・たまねぎ・パセリ	ベシャメルソースの素・生クリーム・バター	
		サワーキャベツ		キャベツ・きゅうり・にんじん・レモン果汁	砂糖	
		スラッピージョー	ぶた肉	たまねぎ・にんじん・トマトピューレー	小麦粉・砂糖・米ぬか油	
8	金	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	612 19.5
		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・カレールウ（甘口・辛口）	
		ビーンズサラダ	大豆	キャベツ・にんじん・きゅうり	コールスロードレッシング	
		ミックスフルーツ		パインアップル・黄桃・みかん		
11	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	549 24.1
		筑前煮	とり肉・はんぺん・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	
		おひたし		はくさい・ほうれんそう・にんじん	砂糖	
		いわしの梅煮	いわし	梅干し	じゃがいもでん粉・砂糖	
12	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	519 18.9
		五目うどん	ぶた肉・かまぼこ・けずりぶし	はくさい・たまねぎ・にんじん・もやし 根深ねぎ・しょうが	うどん・じゃがいもでん粉・ごま油	
		たくあんあえ		キャベツ・たくあん漬・きゅうり	ごま・砂糖	
		ししゃもフライ・◆ウスターソース	大豆・からふとししゃも		小麦粉・キャッサバでん粉・米ぬか油	
13	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	588 18.4
		麻婆豆腐	豆腐・ぶた肉・豆みそ	たまねぎ・にんじん・根深ねぎ・しょうが	じゃがいもでん粉・砂糖・ごま油	
		拌三絲（バンサンスー）		キャベツ・きゅうり・にんじん	はるさめ・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・じゃがいもでん粉・粉あめ 大豆油・ラード・米ぬか油	
14	木	ツイストパン・飲用牛乳	飲用牛乳		ツイストパン	538 21.5
		ポークビーンズ	大豆・ぶた肉・ベーコン	たまねぎ・にんじん	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 にんじん	フレンチドレッシング	
		ウインナー	ウインナー			
15	金	ごはん・飲用牛乳　たべまるのおすすめ	飲用牛乳		ごはん	547 21.3
		豚汁	ぶた肉・豆みそ・けずりぶし	だいこん・こんにゃく・にんじん・ごぼう 根深ねぎ・えのきたけ		
		野菜のねりごまあえ		キャベツ・もやし・ほうれんそう・にんじん	ごま・砂糖	
		レバーとじゃがいもの甘辛煮	とり肉・とりレバー		とうもろこしでん粉・じゃがいも じゃがいもでん粉・米ぬか油・砂糖	
18	月	ごはん・飲用牛乳　卒園祝い献立	飲用牛乳		ごはん	647 20.1
		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	
		青太サラダ ◇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	
		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	
		いちごクレープ（卵乳小麦なし）			いちごクレープ（卵乳小麦なし）	
19	火	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	539 23.1
		コリコリ親子丼	鶏卵・とり肉・かまぼこ・けずりぶし	たまねぎ・こまつな・ごぼう・たけのこ えのきたけ	砂糖	
		キャベツの昆布あえ	こんぶ	キャベツ・もやし・にんじん	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	
21	木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	515 19.7
		はくさいの中華炒め	ぶた肉	はくさい・たまねぎ・にんじん チンゲンサイ・しょうが	じゃがいもでん粉	
		中華風酢の物	とり肉（蒸）	キャベツ・きゅうり・にんじん	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・とうもろこし	小麦粉・じゃがいもでん粉 キャッサバでん粉・砂糖・ラード	
		角チーズ	角チーズ			

2023年度　3月　　給食献立一覧表　　献立Ａ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 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）
22	金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	530 18.2
		パスタスープ	ベーコン	キャベツ・たまねぎ・にんじん・パセリ	じゃがいも・マカロニ	
		きんぴらピラフ	ウインナー	たまねぎ・ごぼう・にんじん・エリンギ スイートコーン	オリーブ油	
		いかフライ	いか		小麦粉・じゃがいもでん粉・米ぬか油	
25	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	501 17.3
		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	
		和風サラダ	まぐろ（油漬）	キャベツ・もやし・きゅうり	ごまドレッシング・砂糖	
		愛知のれんこん入りつくね（２個）	大豆・とり肉	たまねぎ・れんこん	じゃがいもでん粉・砂糖・なたね油 パーム油・ラード・牛脂	
26	火	小型ロール・飲用牛乳	飲用牛乳		小型ロール	537 20.0
		ミートスパゲティ	ぶた肉	たまねぎ・にんじん・トマトピューレー グリンピース	スパゲティ・米ぬか油	
		フルーツゼリーミックス		黄桃・パインアップル・みかん	カクテルゼリー	
		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・コーングリッツ なたね油・パーム油・ラード・米ぬか油	
27	水	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	519 19.6
		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	
		磯香あえ	のり	キャベツ・もやし・にんじん	砂糖	
		あじフリッター	あじ・おきあみ・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	
28	木	りんごパン・飲用牛乳	飲用牛乳		りんごパン	531 20.6
		オニオンスープ	とり肉・ショルダーベーコン	たまねぎ・にんじん・パセリ	じゃがいもでん粉	
		ポテトサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング		きゅうり・にんじん・スイートコーン	じゃがいも・マヨネーズ風ドレッシング	
		ミンチカツ	大豆・ぶた肉	たまねぎ	小麦粉・とうもろこしでん粉・じゃがいもでん粉 砂糖・なたね油・米ぬか油	
29	金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	493 18.6
		五目スープ	ショルダーベーコン	チンゲンサイ・もやし・にんじん	はるさめ・じゃがいもでん粉	
		中華風みそ炒め	とり肉・豆みそ	たまねぎ・たけのこ・にんじん	砂糖・じゃがいもでん粉・米ぬか油・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	

3月の目標「自分の食生活を振り返ろう」

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
- キャベツ

＜今月の季節の食材＞

にんじん

キャベツ

はくさい

3月3日は ひなまつり

1日（金）　ひなまつり献立を実施します。
✿ちらしずし
✿ひなあられ

卒園祝い献立

年長のみなさん、もうすぐ卒園ですね。
みなさんの卒園を祝って、18日（月）に卒園祝い献立を実施します。

たべまるのおすすめ

今月は、15日（金）の 【野菜のねりごまあえ】まる。
作り方や写真は、豊田市ホームページのトップページ「クックパッド公式キッチン」をクリックするまる。
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

※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。

2024年度　4月　　給食献立一覧表　　献立Ａ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
1	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	477 22.6
		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・根深ねぎ・ごぼう	
		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
		えびカツ	大豆・えび・すけとうだら	たまねぎ	小麦粉・とうもろこしでん粉・じゃがいもでん粉 砂糖・なたね油・米ぬか油
2	火	サンドイッチバンズ・飲用牛乳	飲用牛乳		サンドイッチバンズ	477 19.8
		コーンチャウダー	牛乳・ショルダーベーコン・チーズ	たまねぎ・スイートコーン・にんじん・パセリ	じゃがいも・ベシャメルソースの素 生クリーム・バター
		キャロットサラダ		にんじん・キャベツ・きゅうり	フレンチドレッシング
		照り焼きチキンバーガー	とり肉		砂糖
3	水	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	560 18.6
		ハヤシライス	ぶた肉	たまねぎ・にんじん・トマトピューレー	じゃがいも・ハヤシルウ
		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	ごまドレッシング
		パインアップル		パインアップル	
4	木	クロロール・飲用牛乳	飲用牛乳		クロロール	461 20.1
		パスタスープ	とり肉・ショルダーベーコン	たまねぎ・にんじん・パセリ	マカロニ
		ジャーマンポテト	ウインナー	たまねぎ・スイートコーン・パセリ	じゃがいも・オリーブ油
		たらナゲット	すけとうだら		小麦粉・とうもろこしでん粉・米粉 じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉 なたね油・ラード・米ぬか油
5	金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	517 22.9
		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
		ゆかりあえ		キャベツ・もやし・きゅうり・しそ（粉）	砂糖
		さばの煮つけ	さば	しょうが	砂糖
8	月	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	551 19.4
		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
		おひたし		キャベツ・もやし・にんじん・ほうれんそう	砂糖
		コロッケ		たまねぎ	小麦粉・米粉・じゃがいも・砂糖・大豆油 米ぬか油
9	火	米粉パン・飲用牛乳	飲用牛乳		米粉パン	542 23.6
		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
		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・コーンスターチ・米でん粉 キャッサバでん粉・ラード
10	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	540 20.1
		豆乳のバランスみそ汁	豆腐・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	
		和風サラダ・◇和風ドレッシング		キャベツ・もやし・きゅうり・にんじん	和風ドレッシング
		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
11	木	スライスパン・飲用牛乳	飲用牛乳		スライスパン	521 20.9
		春キャベツのポタージュ	牛乳・ショルダーベーコン・脱脂粉乳・チーズ	たまねぎ・キャベツ・にんじん・スイートコーン	ベシャメルソースの素・生クリーム・バター
		ビーンズマセドアン	大豆	にんじん・きゅうり	じゃがいも・フレンチドレッシング
		たらフライ・◆ウスターソース	すけとうだら		小麦粉・コーンスターチ・米ぬか油
		いちごジャム		いちごジャム	
12	金	ごはん・飲用牛乳　花見献立	飲用牛乳		ごはん	505 21.0
		かしわ汁	とり肉・けずりぶし	だいこん・にんじん・根深ねぎ	
		ちらしずし	ちくわ・油揚げ	にんじん・れんこん・たけのこ・かんぴょう	砂糖
		いわしの梅煮	いわし	梅干し	じゃがいもでん粉・砂糖
15	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	503 20.4
		あおさ汁	豆腐・ミックスみそ・油揚げ・けずりぶし あおさ	にんじん・根深ねぎ	
		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
		レバーとじゃがいもの甘辛煮	とり肉・とりレバー		コーンスターチ・じゃがいも じゃがいもでん粉・米ぬか油・砂糖
16	火	ごはん・飲用牛乳　入園・進級祝い献立	飲用牛乳		ごはん	499 17.6
		花ふのすまし汁	豆腐・かまぼこ・けずりぶし	にんじん・しめじ・みつば	花ふ
		れんこんサラダ		キャベツ・れんこん・きゅうり・スイートコーン	ごまドレッシング・ごま・砂糖
		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
		いちごゼリー（豆乳クリーム添え）		いちごゼリー（豆乳クリーム添え）	
17	水	ごはん・飲用牛乳　たべまるのおすすめ	飲用牛乳		ごはん	515 22.3
		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	とり肉（蒸）	キャベツ・もやし・きゅうり・しょうが	砂糖・ごま
		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
18	木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	512 21.1
		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
		ひじきの炒め煮	大豆・ひじき・けずりぶし	にんじん	じゃがいも・砂糖・米ぬか油
		ミンチカツ	大豆・ぶた肉	たまねぎ	小麦粉・とうもろこしでん粉・じゃがいもでん粉 砂糖・なたね油・米ぬか油
19	金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	471 21.3
		豆腐の中華煮	豆腐・ぶた肉・えび	はくさい・たまねぎ・にんじん	じゃがいもでん粉・砂糖・ごま油
		拌三絲（バンサンスー）		キャベツ・きゅうり・にんじん	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・とうもろこし	小麦粉・砂糖・ラード
		乾燥小魚	いわし		キャッサバでん粉・砂糖

2024年度　4月　　給食献立一覧表　　献立Ａ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
22	月	**麦ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		麦ごはん	595 19.4
		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	
		ミックスフルーツ		パインアップル・黄桃・みかん		
23	火	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	608 21.4
		うどん汁	ぶた肉・油揚げ・かまぼこ・けずりぶし	だいこん・にんじん・ごぼう・根深ねぎ	うどん	
		ひじきとマカロニのサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング	まぐろ（油漬）・ひじき	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	
		さくらえびのかき揚げ	さくらえび	たまねぎ・みつば	小麦粉・米ぬか油	
		コーヒー牛乳の素			コーヒー牛乳の素	
24	水	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	520 16.8
		中華炒め	ぶた肉	たまねぎ・はくさい・にんじん・チンゲンサイ たけのこ・しょうが	じゃがいもでん粉	
		中華風酢の物	とり肉（蒸）	キャベツ・きゅうり・にんじん	砂糖・はるさめ・ごま・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・はるさめ・大豆油 ショートニング・ラード・米ぬか油	
25	木	**ツイストパン・飲用牛乳**	飲用牛乳		ツイストパン	522 21.4
		ポークビーンズ	大豆・ぶた肉・ベーコン	たまねぎ・にんじん・グリンピース	じゃがいも・砂糖	
		コーンコールスローサラダ		キャベツ・スイートコーン・きゅうり	コールスロードレッシング	
		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・米ぬか油	
26	金	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	504 21.0
		とり肉と野菜のうま煮	とり肉・はんぺん・けずりぶし	たまねぎ・にんじん・グリンピース	じゃがいも・砂糖	
		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	
30	火	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	496 23.0
		じゃがいものみそ汁	豆腐・豆みそ・油揚げ・けずりぶし・わかめ	たまねぎ・根深ねぎ	じゃがいも	
		大豆の甘辛炒め	ぶた肉・大豆	たまねぎ・にんじん・えだまめ・しょうが にんにく	砂糖・じゃがいもでん粉・ごま油	
		はんぺん	きんときだい・たら・いとよりだい たちうお・かつおぶし	キャベツ	じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉 砂糖・米ぬか油	

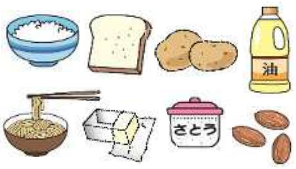
4月の目標「楽しく給食を食べよう」

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。

おもに体をつくるもとになる食品
たんぱく質・無機質（カルシウム）を多くふくむ食品

おも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ふくむ食品

おもにエネルギーのもとになる食品
炭水化物・脂質を多くふくむ食品



普段の食事も、３つのグループの食品をバランスよく組み合わせて食べましょう。

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
- キャベツ
- たまねぎ

入園・進級祝い献立
16日（火）
- いか香味揚げ
- れんこんサラダ
- 花ふのすまし汁
- いちごゼリー
  （豆乳クリーム添え）

花見献立
12日（金）
- ちらしずし

※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。
普段の食事で不足しがちなカルシウムは、成長期に特に必要な栄養素で、およそ1/2を摂取できるようにしています。

＜今月の季節の食材＞

キャベツ

たけのこ

さくらえび

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、17日（水）の【ごま酢あえ】まる。
作り方や写真は、豊田市ホームページのトップページ「クックパッド公式キッチン」をクリックするまる。
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

※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。

2024年度　5月　　給食献立一覧表　　献立Ａ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
1	水	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	503 19.8
		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	
		ごぼうサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング	とり肉（蒸）	キャベツ・ごぼう・きゅうり	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
2	木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	529 19.7
		家常豆腐（ジャーチャンドウフ）	生揚げ・ぶた肉・豆みそ	たまねぎ・にんじん・根深ねぎ・しょうが	砂糖・じゃがいもでん粉
		華風あえ		キャベツ・もやし・きゅうり	はるさめ・砂糖・ごま油
		大学いも			さつまいも・米ぬか油・砂糖
7	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	499 21.7
		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	
		和風サラダ・◇和風ドレッシング	まぐろ（油漬）	キャベツ・きゅうり	砂糖・和風ドレッシング
		肉だんご	大豆・とり肉	たまねぎ	小麦粉・とうもろこしでん粉 キャッサバでん粉・砂糖・なたね油・ごま
		乾燥小魚	いわし		キャッサバでん粉・砂糖
8	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	509 19.4
		かしわ汁	とり肉・けずりぶし	だいこん・にんじん・根深ねぎ	
		ゆかりあえ		キャベツ・きゅうり・もやし にんじん・しそ（粉）	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・とうもろこし油 米ぬか油
9	木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	500 18.1
		八宝菜	ぶた肉・いか	たまねぎ・はくさい・にんじん チンゲンサイ・もやし・たけのこ	じゃがいもでん粉
		拌三絲（パンサンスー）		キャベツ・きゅうり・にんじん	はるさめ・砂糖・ごま油
		野菜入りしゅうまい（２個）	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
10	金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	522 22.2
		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
		糸切昆布の炒め煮	ぶた肉・こんぶ・けずりぶし	にんじん	じゃがいも・砂糖・ごま油・米ぬか油
		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
13	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	536 21.3
		あおさ汁	豆腐・ミックスみそ・油揚げ けずりぶし・あおさ	にんじん・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
		レバーとじゃがいもの甘辛煮	とり肉・とりレバー		とうもろこしでん粉・じゃがいも じゃがいもでん粉・米ぬか油・砂糖
14	火	米粉パン・飲用牛乳	飲用牛乳		米粉パン	559 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		黄桃・パインアップル・みかん	
		ショウロンポウ	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
15	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	558 23.8
		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・さやいんげん	じゃがいも・砂糖・じゃがいもでん粉
		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
16	木	スライスパン・飲用牛乳	飲用牛乳		スライスパン	482 19.7
		大麦と野菜のスープ	とり肉・ベーコン	たまねぎ・キャベツ・にんじん・パセリ	押麦・米ぬか油
		チーズサラダ	チーズ	キャベツ・きゅうり・にんじん	フレンチドレッシング
		えびカツ	大豆・えび・すけとうだら	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
		メープルジャム			メープルジャム
17	金	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	580 22.0
		ハヤシライス	ぶた肉	たまねぎ・にんじん・トマト・グリンピース	じゃがいも・ハヤシルウ
		ビーンズサラダ	大豆	キャベツ・にんじん・きゅうり	コールスロードレッシング
		オムレツ	鶏卵		キャッサバでん粉・砂糖・なたね油
20	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	572 22.8
		生揚げと野菜のうま煮	生揚げ・ぶた肉・けずりぶし	たまねぎ・にんじん・しいたけ	じゃがいも・砂糖
		わかめの酢の物	わかめ	キャベツ・きゅうり	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
21	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	565 14.3
		はるさめスープ	とり肉	にんじん・たけのこ・根深ねぎ	はるさめ・じゃがいもでん粉
		うま塩キャベツ		キャベツ・きゅうり・にんじん 切干しだいこん・にんにく	ごま・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
		いちごゼリー（豆乳クリーム添え）		いちごゼリー（豆乳クリーム添え）	
22	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	542 20.9
		親子煮	鶏卵・とり肉・けずりぶし	たまねぎ・にんじん	じゃがいも・砂糖
		おひたし	油揚げ	キャベツ・もやし・ほうれんそう・にんじん	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

2024年度　5月　　給食献立一覧表　　献立Ａ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
23	木	**ツイストパン・飲用牛乳**	飲用牛乳		ツイストパン	484 19.2
		豆乳のカレースープ	豆乳・とり肉	たまねぎ・にんじん・グリンピース	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	フレンチドレッシング	
		ウインナー	ウインナー			
24	金	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	501 17.0
		けんちん汁	豆腐・けずりぶし	だいこん・にんじん・根深ねぎ・ごぼう		
		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	
		あじフリッター	あじ・おきあみ・あおさ		小麦粉・コーンスターチ・米粉 砂糖・大豆油・米ぬか油	
27	月	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	525 22.3
		麩みそ汁	豆腐・麩みそ・油揚げ・けずりぶし	たまねぎ・だいこん・にんじん		
		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・さやいんげん	じゃがいも・砂糖	
		納豆あえ	納豆・チーズ	パセリ	砂糖	
28	火	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	489 19.0
		かきたま汁	豆腐・鶏卵・とり肉・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	
		ほうれんそうのあえもの		キャベツ・もやし・ほうれんそう・にんじん	砂糖	
		ししゃもフライ・◆ウスターソース	大豆・からふとししゃも		小麦粉・キャッサバでん粉・米ぬか油	
		コーヒー牛乳の素			コーヒー牛乳の素	
29	水	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	536 19.6
		わかめスープ	豆腐・ショルダーベーコン・わかめ	たまねぎ・にんじん		
		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	
		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	木	**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	479 18.9
		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	じゃがいも・ベシャメルソースの素 生クリーム・バター	
		アスパラサラダ		キャベツ・アスパラガス・スイートコーン	コールスロードレッシング	
		スラッピージョー	ぶた肉	たまねぎ・にんじん・グリンピース トマトピューレー	小麦粉・砂糖・米ぬか油	
31	金	**麦ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		麦ごはん	546 22.6
		とよたひまわりポーク丼	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	
		たくあんあえ 豊田ブランドの日		キャベツ・たくあん漬・きゅうり	ごま・砂糖	
		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	
		抹茶水ようかん			抹茶水ようかん	

5月の目標「すききらいなく食べよう」

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」
　・・・納豆、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」
●にんじん　●だいこん　●キャベツ
●じゃがいも　●たまねぎ
●しいたけ
●茶・・・抹茶水ようかん

今月の季節の食材

きびなご

かつお

じゃがいも

たまねぎ

みつば

わかめ

アスパラガス

※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。

5月５日はこどもの日

１日（水）こどもの日献立

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。

・かつおのそぼろ丼・若竹汁

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です。

３１日（金）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。

●とよたひまわりポーク丼 …米（大地の風）・ぶた肉（とよたひまわりポーク）
　たまねぎ、にんじん
●たくあんあえ…キャベツ
●抹茶水ようかん…茶

たべまるのおすすめ

今月は、小中学校の【ジャージャーめん】まる。
作り方や写真は、豊田市ホームページのトップページ
「クックパッド公式キッチン」をクリックするまる。
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

※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。

2024年度　6月　　給食献立一覧表　　献立Ａ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
3	月	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	516 18.7
		五目スープ	ベーコン	チンゲンサイ・たまねぎ・にんじん・たけのこ	はるさめ・じゃがいもでん粉	
		ビビンバ丼	ぶた肉	もやし・ほうれんそう・にんじん・しょうが	砂糖・ごま油・ごま・米ぬか油	
		えびしゅうまい	えび・すけとうだら	たまねぎ	小麦粉・じゃがいもでん粉・パーム油	
		コーヒー牛乳の素			コーヒー牛乳の素	
4	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	589 22.9
		花ふのすまし汁	豆腐・かまぼこ・けずりぶし	にんじん・しめじ・みつば	花ふ	
		切干しだいこんとひじきのサラダ ◇和風ドレッシング	まぐろ（油漬）・ひじき	きゅうり・スイートコーン・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	コーンスターチ・じゃがいもでん粉・米ぬか油 砂糖・ごま	
5	水	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	534 23.3
		筑前煮	とり肉・はんぺん・けずりぶし	にんじん・こんにゃく・ごぼう・れんこん	砂糖・ごま油・米ぬか油	
		おかかあえ	油揚げ・かつお節	キャベツ・もやし・にんじん・ほうれんそう	砂糖	
		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	
		抹茶ふりかけ			抹茶ふりかけ	
6	木	ツイストパン・飲用牛乳	飲用牛乳		ツイストパン	523 21.1
		コーンクリームスープ	牛乳・脱脂粉乳・チーズ	スイートコーン・たまねぎ・パセリ	ベシャメルソースの素・生クリーム・バター	
		サワーキャベツ		キャベツ・きゅうり・にんじん・レモン果汁	砂糖	
		とり肉のトマト煮込み	とり肉	たまねぎ・トマト・バジル	砂糖・オリーブ油・じゃがいもでん粉	
7	金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	526 19.4
		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	
		おひたし	油揚げ	キャベツ・もやし・にんじん	砂糖	
		めひかりフライ	めひかり		小麦粉・米ぬか油	
10	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	514 19.7
		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・さやいんげん	じゃがいも・砂糖・じゃがいもでん粉	
		磯香あえ	のり	キャベツ・もやし・にんじん	砂糖	
		あじフリッター	あじ・おきあみ・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	
11	火	米粉パン・飲用牛乳	飲用牛乳		米粉パン	550 20.5
		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	
		ごぼうサラダ ◇和風ドレッシング		キャベツ・ごぼう・にんじん・スイートコーン	砂糖・和風ドレッシング	
		レモンポンチ		パインアップル・黄桃・みかん・レモン果汁		
12	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	518 21.0
		親子煮	鶏卵・とり肉・けずりぶし	たまねぎ・にんじん	じゃがいも・砂糖	
		たくあんあえ		キャベツ・たくあん漬・きゅうり	ごま・砂糖	
		野菜入りはんぺん	すけとうだら・このしろ	にんじん・キャベツ・スイートコーン	じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉・砂糖 大豆油・なたね油	
13	木	サンドイッチバンズ・飲用牛乳	飲用牛乳		サンドイッチバンズ	499 19.7
		じゃがいものクリーム煮	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・グリンピース	じゃがいも・ベシャメルソースの素 生クリーム・バター	
		キャロットサラダ		にんじん・きゅうり・スイートコーン レモン果汁	オリーブ油・砂糖	
		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	
14	金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	487 17.8
		ワンタンスープ		チンゲンサイ・たけのこ	ワンタン皮	
		わかめサラダ	まぐろ（油漬）・わかめ	キャベツ・きゅうり・にんじん	ごまドレッシング・砂糖	
		とり肉とごぼうの甘酢煮	とり肉	ごぼう・しょうが	砂糖・ごま油	
17	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	520 20.4
		みそ汁	豆腐・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・しいたけ		
		大豆とじゃがいものサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング	大豆	きゅうり・スイートコーン	じゃがいも・マヨネーズ風ドレッシング	
		とよたひまわりポークの しょうが炒め	ぶた肉	たまねぎ・にんじん・しょうが	じゃがいもでん粉・ごま油・米ぬか油	
18	火	小型ロール・飲用牛乳	飲用牛乳		小型ロール	552 23.6
		ミートスパゲティ	ぶた肉	たまねぎ・トマト・にんじん・グリンピース	スパゲティ・米ぬか油	
		コーンサラダ		キャベツ・スイートコーン・きゅうり	フレンチドレッシング	
		いかフライ	大豆・いか		小麦粉・とうもろこしでん粉 キャッサバでん粉・米ぬか油	
19	水	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	560 20.1
		中華飯	ぶた肉・いか	たまねぎ・はくさい・にんじん・もやし チンゲンサイ	じゃがいもでん粉	
		棒々鶏（バンバンジー） ◇棒々鶏ソース	とり肉（蒸）	キャベツ・きゅうり		
		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	
20	木	スライスパン・飲用牛乳	飲用牛乳		スライスパン	465 18.9
		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・きゅうり・にんじん スイートコーン	コールスロードレッシング	
		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・米ぬか油	
		ラ・フランスジャム			ラ・フランスジャム	

歯と口の健康週間

たべまるのおすすめ

愛知を食べる学校給食の日

2024年度　6月　　給食献立一覧表　　献立Ａ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
21	金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	524 18.7
		けんちん汁	豆腐・けずりぶし	だいこん・にんじん・根深ねぎ・ごぼう		
		えだまめサラダ・◇和風ドレッシング		キャベツ・えだまめ・きゅうり	和風ドレッシング	
		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・とうもろこし油 米ぬか油	
24	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	529 19.6
		かしわ汁	とり肉・けずりぶし	だいこん・にんじん・根深ねぎ		
		青太サラダ ◇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	
		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	
25	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	546 24.1
		えびだんご汁	えびだんご・けずりぶし	はくさい・だいこん・にんじん・根深ねぎ		
		きんぴらごぼう	ぶた肉	ごぼう・にんじん	砂糖・米ぬか油・ごま油	
		いわしの梅煮	いわし	梅干し	じゃがいもでん粉・砂糖	
26	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	535 19.1
		肉だんごの酢豚風	肉だんご	たまねぎ・にんじん・たけのこ・ピーマン	砂糖・じゃがいもでん粉・米ぬか油	
		中華あえ		キャベツ・もやし・きゅうり・にんじん	砂糖・ごま油	
		小えびのから揚げ	大豆・えび	とうもろこし	小麦粉・じゃがいもでん粉・パーム油 米ぬか油	
27	木	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	537 23.5
		パスタスープ	ベーコン	キャベツ・パセリ	じゃがいも・マカロニ	
		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	
		ドライカレー	ぶた肉	たまねぎ・にんじん・グリンピース	小麦粉	
		乾燥小魚	いわし		キャッサバでん粉・砂糖	
28	金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	471 18.6
		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		
		青菜あえ		キャベツ・もやし・にんじん・菜めし粉		
		ししゃもフライ・◆ウスターソース	大豆・からふとししゃも		小麦粉・キャッサバでん粉・米ぬか油	

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
●ぶた肉　「とよたひまわりポーク」
●にんじん　●だいこん　●キャベツ
●じゃがいも　●たまねぎ　●きゅうり
●しいたけ
●茶…抹茶ふりかけ

今月の季節の食材

あじ

かつお

チンゲンサイ

じゃがいも

たまねぎ

さやいんげん

17日（月）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
とよたひまわりポークのしょうが炒め
大豆とじゃがいものサラダ
みそ汁

4日～10日
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。

たべまるのおすすめ

今月は、１１日（火）の【レモンポンチ】まる。
作り方や写真は、豊田市ホームページのトップページ
「クックパッド公式キッチン」をクリックするまる。
　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。

▲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。

2024年度　7月　　給食献立一覧表　　献立Ａ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
1	月	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	506 18.0
		五目スープ	豆腐	たまねぎ・もやし・チンゲンサイ・にんじん	じゃがいもでん粉	
		チャーハン	ぶた肉	たくあん漬・にんじん・根深ねぎ	ごま油	
		ショウロンポウ	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	
2	火	スライスパン・飲用牛乳	飲用牛乳		スライスパン	451 16.8
		とうがんとベーコンのクリームスープ	牛乳・大豆・ベーコン・脱脂粉乳・チーズ	とうがん・たまねぎ・しめじ・パセリ	生クリーム・上新粉	
		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	
		ウインナー	ウインナー			
		ブルーベリージャム		ブルーベリージャム		
3	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	593 20.6
		夏野菜のごまみそ汁	ミックスみそ・豆乳・けずりぶし	たまねぎ・なす・にんじん・オクラ	じゃがいも・ごま	
		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・スイートコーン	マヨネーズ風ドレッシング	
		レバーとかぼちゃの甘辛煮	とり肉・とりレバー	かぼちゃ	コーンスターチ・じゃがいもでん粉 米ぬか油・砂糖	
4	木	ツイストパン・飲用牛乳	飲用牛乳		ツイストパン	501 17.9
		なすとペンネのトマト煮	ぶた肉	たまねぎ・なす・にんじん トマトピューレー・グリンピース	マカロニ・砂糖・米ぬか油	
		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	コールスロードレッシング	
		冷凍みかん(生)		みかん（生）		
5	金	ごはん・飲用牛乳　七夕献立	飲用牛乳		ごはん	505 20.2
		天の川汁	とり肉・けずりぶし	とうがん・にんじん・オクラ	ビーフン	
		星のチーズサラダ ◇和風ドレッシング	チーズ	キャベツ・きゅうり・にんじん	和風ドレッシング	
		ハンバーグのおろしソースかけ	大豆・とり肉・ぶた肉	たまねぎ・だいこん	とうもろこしでん粉・キャッサバでん粉 ラード・砂糖・米ぬか油	
		七夕ゼリー			七夕ゼリー	
8	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	544 20.0
		豆乳のバランスみそ汁	豆腐・豆乳・米みそ・油揚げ・けずりぶし	だいこん・にんじん	じゃがいも	
		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	
		たらフリッター（２個）	おきあみ・すけとうだら・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	
9	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	522 21.7
		もずくスープ	とり肉・かまぼこ・もずく	たまねぎ・にんじん・根深ねぎ		
		ゴーヤチャンプルー	豆腐・鶏卵・ベーコン・かつお節	にがうり・もやし・にんじん	ごま油	
		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	
10	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	530 20.0
		じゃがいものそぼろ煮	ぶた肉・けずりぶし	たまねぎ・にんじん	じゃがいも・砂糖	
		甘酢あえ		キャベツ・きゅうり・にんじん	砂糖	
		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	
11	木	ごはん・飲用牛乳　たべまるのおすすめ	飲用牛乳		ごはん	535 19.5
		かみなり汁	豆腐・けずりぶし	だいこん・にんじん・根深ねぎ・ごぼう	ごま油	
		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	
		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	
12	金	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	656 22.8
		チキンカレー	とり肉・ヨーグルト・チーズ	たまねぎ・にんじん・パセリ	じゃがいも・カレールウ（甘口）・米ぬか油	
		コールスローサラダ	ウインナー	キャベツ・きゅうり	コールスロードレッシング	
		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	
16	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	549 15.2
		はるさめスープ	ベーコン	にんじん・たけのこ・根深ねぎ	はるさめ・じゃがいもでん粉	
		ナムル	とり肉（蒸）	もやし・チンゲンサイ・きゅうり・にんじん	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	
		コーヒー牛乳の素			コーヒー牛乳の素	
17	水	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	560 20.3
		豚丼	ぶた肉	たまねぎ・しらたき・にんじん・しょうが	砂糖	
		塩こうじあえ		キャベツ・きゅうり・にんじん		
		えだまめコロッケ	大豆	えだまめ・たまねぎ	小麦粉・とうもろこしでん粉・じゃがいも 砂糖・なたね油・米ぬか油	
18	木	米粉パン・飲用牛乳	飲用牛乳		米粉パン	541 20.9
		炒めビーフン	はんぺん・ぶた肉	キャベツ・にんじん	ビーフン・砂糖・米ぬか油	
		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・ごま・砂糖	
		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	
19	金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	537 20.7
		親子煮	鶏卵・とり肉・けずりぶし	たまねぎ・にんじん・グリンピース	じゃがいも・砂糖	
		おひたし		キャベツ・もやし・ほうれんそう・にんじん	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	

2024年度　7月　　給食献立一覧表　　献立Ａ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
22	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	549 21.6
		みそ汁	豆腐・麩みそ・油揚げ・けずりぶし・わかめ	たまねぎ・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	
		ほっけフライ ◆ウスターソース	ほっけ		小麦粉・米ぬか油	
23	火	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	498 20.7
		ポタージュ	牛乳・とり肉・脱脂粉乳・チーズ	たまねぎ・にんじん・グリンピース・パセリ	じゃがいも・生クリーム・上新粉・バター	
		サラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング		キャベツ・にんじん・きゅうり	マヨネーズ風ドレッシング	
		ハンバーグドッグ ◇中濃ソース	牛肉・とり肉・ぶた肉	たまねぎ	小麦粉・じゃがいもでん粉・砂糖・米ぬか油	
24	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	530 17.1
		ウインナーの酢豚風	ウインナー	たまねぎ・にんじん・たけのこ・ピーマン	砂糖・じゃがいもでん粉・米ぬか油	
		華風あえ		キャベツ・もやし・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 とうもろこし	小麦粉・砂糖・ラード	
25	木	クロロール・飲用牛乳	飲用牛乳		クロロール	491 18.8
		大麦と野菜のスープ	とり肉・ベーコン	たまねぎ・キャベツ・にんじん・パセリ	押麦・米ぬか油	
		マセドアンサラダ		きゅうり・にんじん・スイートコーン	じゃがいも・コールスロードレッシング	
		えびカツ	大豆・えび・すけとうだら	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	
		コーヒー牛乳の素			コーヒー牛乳の素	
26	金	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	483 18.5
		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		
		フルーツゼリーミックス		みかん・パインアップル・黄桃	カクテルゼリー	
		三色丼	ぶた肉・凍り豆腐	スイートコーン・にんじん・グリンピース	砂糖・米ぬか油	
29	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	513 16.6
		ふだま汁	豆腐・けずりぶし	にんじん・根深ねぎ・しめじ	豆玉ふ	
		糸切昆布の炒め煮	はんぺん・こんぶ・けずりぶし	にんじん	じゃがいも・砂糖・ごま油・米ぬか油	
		かぼちゃひき肉フライ	大豆・ぶた肉	かぼちゃ・たまねぎ	小麦粉・とうもろこしでん粉 キャッサバでん粉・砂糖・なたね油・パーム油 ラード・米ぬか油	
30	火	ツイストパン・飲用牛乳	飲用牛乳		ツイストパン	546 21.7
		ポークビーンズ	大豆・ぶた肉・ベーコン	たまねぎ・にんじん・グリンピース	じゃがいも・砂糖	
		パインアップル		パインアップル		
		チキンナゲット	大豆・とり肉	にんにく	小麦粉・コーンスターチ・コーングリッツ なたね油・パーム油・ラード・米ぬか油	
31	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	473 18.7
		中華風コーンスープ	とり肉・かまぼこ	たまねぎ・スイートコーン・チンゲンサイ	じゃがいもでん粉	
		拌三絲（バンサンスー）		キャベツ・きゅうり・にんじん	はるさめ・砂糖・ごま油	
		なすのみそ炒め	ぶた肉・豆みそ	たまねぎ・なす・ピーマン	砂糖・じゃがいもでん粉・ごま油	

7月の目標「暑さに負けない食事をしよう」

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
●じゃがいも　●にんじん　●たまねぎ
●オクラ　●なす

〈今月の季節の食材〉

とうがん

にがうり

なす

きゅうり

かぼちゃ

オクラ

ピーマン

5日（金）　七夕献立

7月7日は七夕です。
七夕という風習は、奈良時代に中国から日本へ伝わりました。
初めは宮中行事でしたが、江戸時代に願い事を書いた短冊を色とりどりの飾りとともに笹に飾る風習が庶民の間に広まりました。

ビーフンを天の川に、オクラを星に見立てた「天の川汁」と星型のチーズが入った「星のチーズサラダ」、「七夕ゼリー」が登場します。

たべまるのおすすめ

今月は、11日（木）の【かみなり汁】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。

2024年度　8月　　給食献立一覧表　　保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
1	木	**サンドイッチバンズ・飲用牛乳**	飲用牛乳		サンドイッチバンズ	507 21.5
		パスタスープ	とり肉	たまねぎ・キャベツ・にんじん・パセリ	マカロニ・米ぬか油	
		ジャーマンポテト	ウインナー	たまねぎ・スイートコーン	じゃがいも・オリーブ油	
		ハンバーガー **◇中濃ソース**	牛肉・とり肉・ぶた肉	たまねぎ	小麦粉・じゃがいもでん粉 砂糖・米ぬか油	
2	金	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	507 20.5
		かぼちゃのみそ汁	豆腐・米みそ・油揚げ けずりぶし・わかめ	かぼちゃ・たまねぎ		
		ひじきの炒め煮	大豆・はんぺん・ひじき・けずりぶし	にんじん	じゃがいも・砂糖・米ぬか油	
		たらフライ **◆ウスターソース**	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	
5	月	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	501 16.4
		豆腐とチンゲンサイのスープ	豆腐・ショルダーベーコン	チンゲンサイ・もやし	じゃがいもでん粉	
		野菜たっぷり糸こんチャプチェ	ぶた肉	しらたき・にんじん・ごぼう・ピーマン	砂糖・ごま・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	
6	火	**スライスパン・飲用牛乳**	飲用牛乳		スライスパン	488 19.5
		コーンクリームスープ	牛乳・脱脂粉乳・チーズ	スイートコーン・たまねぎ・パセリ	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・にんじん	コールスロードレッシング	
		スラッピージョー	ぶた肉	たまねぎ・にんじん グリンピース・トマト	小麦粉・砂糖・米ぬか油	
7	水	**麦ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		麦ごはん	615 19.2
		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・カレールウ（甘口・辛口）	
		パインゼリーミックス		パインアップル	カクテルゼリー	
		たらナゲット	すけとうだら		小麦粉・とうもろこしでん粉・米粉 じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉 なたね油・ラード・米ぬか油	
8	木	**クロロール・飲用牛乳**	飲用牛乳		クロロール	536 21.3
		豆^{5}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	
		ひじきとベーコンの炒めもの	ベーコン・ひじき	たまねぎ・にんじん・ごぼう	オリーブ油	
		ミンチカツ	大豆・ぶた肉	たまねぎ	小麦粉・とうもろこしでん粉・米ぬか油 じゃがいもでん粉・砂糖・なたね油	
9	金	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	485 22.9
		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		
		和風サラダ	まぐろ（油漬）	キャベツ・きゅうり	ごまドレッシング・ごま・砂糖	
		豚肉のしょうが焼き	ぶた肉	たまねぎ・しょうが	じゃがいもでん粉・米ぬか油	
		乾燥小魚	いわし		キャッサバでん粉・砂糖	
19	月	**麦ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		麦ごはん	510 22.1
		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		キャベツ・ほうれんそう・もやし・にんじん	砂糖・ごま	
		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	
20	火	**ミルクロール・飲用牛乳**	飲用牛乳		ミルクロール	525 19.3
		ペンネのトマト煮	ぶた肉	たまねぎ・トマト・にんじん・グリンピース	マカロニ・砂糖・米ぬか油	
		コーンサラダ		キャベツ・スイートコーン・きゅうり	コーンクリーミードレッシング	
		チキンナゲット	大豆・とり肉	にんにく	小麦粉・コーンスターチ・コーングリッツ なたね油・パーム油・ラード・米ぬか油	
		コーヒー牛乳の素			コーヒー牛乳の素	
21	水	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	488 22.2
		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		
		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	じゃがいもでん粉・砂糖	
22	木	**ツイストパン・飲用牛乳**	飲用牛乳		ツイストパン	486 18.7
		大麦と野菜のスープ	とり肉・ベーコン	たまねぎ・にんじん・パセリ	じゃがいも・押麦・米ぬか油	
		ミックスフルーツ		パインアップル・黄桃		
		えびカツ	大豆・えび・すけとうだら	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	
23	金	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	514 20.0
		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	
		磯香あえ	のり	キャベツ・もやし・にんじん	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	
26	月	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	535 20.9
		みそ汁	豆腐・ミックスみそ・油揚げ けずりぶし・わかめ	たまねぎ・根深ねぎ	じゃがいも	
		えだまめサラダ **◇和風ドレッシング**		キャベツ・えだまめ・スイートコーン	和風ドレッシング	
		とり肉のレモンしょうゆかけ	とり肉	レモン果汁	コーンスターチ・米ぬか油・砂糖	
27	火	**小型ロール・飲用牛乳**	飲用牛乳		小型ロール	520 21.1
		ポークビーンズ	大豆・ぶた肉・ベーコン	たまねぎ・にんじん・グリンピース	じゃがいも・砂糖	
		キャベツのごまマヨサラダ **◇マヨネーズ風ドレッシング**		キャベツ・きゅうり・スイートコーン	ごま・マヨネーズ風ドレッシング	
		あじフリッター	あじ・おきあみ・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	

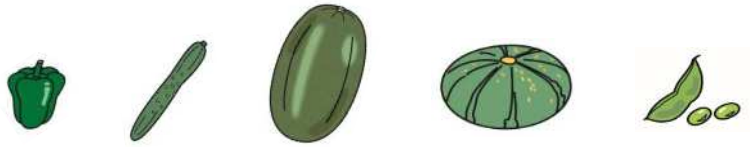
2024年度　8月　　給食献立一覧表　　保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
28	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	477 19.4
		麻婆豆腐	豆腐・ぶた肉・豆みそ	たまねぎ・にんじん・根深ねぎ・しょうが	じゃがいもでん粉・砂糖・ごま油	
		華風あえ		もやし・きゅうり・チンゲンサイ	はるさめ・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	
29	木	米粉パン・飲用牛乳	飲用牛乳		米粉パン	518 21.9
		とうがんとベーコンの クリームスープ	牛乳・大豆・ベーコン・脱脂粉乳・チーズ	とうがん・たまねぎ・しめじ・パセリ	生クリーム・上新粉	
		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・ごま・砂糖	
		ウインナー	ウインナー			
30	金	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	519 16.6
		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 にんじん・レモン果汁	砂糖	
		冷凍みかん(生)		みかん（生）		

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

＜今月の季節の食材＞



ピーマン　きゅうり　とうがん　かぼちゃ　えだまめ

夏の食生活のポイント

いよいよ夏本番をむかえます。夏バテや熱中症に注意が必要です。
朝ごはんをしっかり食べて、こまめな水分補給を心がけましょう。

朝・昼・夕の３食を欠かさず食べる

特に朝ごはんは重要です。
早寝・早起きの規則正しい生活を心がけましょう。

旬の野菜や果物を食べる

夏が旬の野菜は、体の余分な熱を冷ます働きがあります。

冷たいものをとりすぎない

胃腸が冷えて食欲が落ちる原因になります。
甘い清涼飲料水のとりすぎにも気をつけましょう。

おやつはダラダラ食べない

食事が食べられなくならないように、時間と量を考えましょう。

※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。

2024年度　9月　　給食献立一覧表　　献立Ａ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
2	月	ごはん・飲用牛乳　防災の日献立	飲用牛乳		ごはん	533 17.6
		みそ汁（備蓄用）	豆みそ・凍り豆腐・米みそ・油揚げ	切干しだいこん・みつば		
		じゃがいもと大豆のサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング	大豆	にんじん・きゅうり	じゃがいも・マヨネーズ風ドレッシング	
		ツナそぼろ丼	まぐろ（油漬）	スイートコーン・グリンピース	砂糖・ごま	
		野菜ゼリー		野菜ゼリー		
3	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	479 17.4
		八宝菜	ぶた肉・いか	たまねぎ・はくさい・もやし・にんじん チンゲンサイ	じゃがいもでん粉	
		拌三絲（バンサンスー）		キャベツ・きゅうり・にんじん	はるさめ・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	
4	水	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	532 19.5
		パスタスープ	ショルダーベーコン	キャベツ・たまねぎ・にんじん・パセリ	じゃがいも・マカロニ	
		チーズサラダ	チーズ	キャベツ・きゅうり	フレンチドレッシング	
		チキンライス	とり肉	たまねぎ・にんじん・グリンピース		
5	木	クロロール・飲用牛乳	飲用牛乳		クロロール	460 18.8
		コーンポタージュ	牛乳・とり肉・脱脂粉乳・チーズ	たまねぎ・にんじん・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・バター	
		コールスローサラダ		キャベツ・にんじん・きゅうり	コールスロードレッシング	
		ウインナー	ウインナー			
6	金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	474 17.7
		とうがん汁	油揚げ・けずりぶし	とうがん・にんじん・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	
		ししゃもフライ ◆ウスターソース	大豆・からふとししゃも		小麦粉・キャッサバでん粉・米ぬか油	
9	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	545 20.1
		麩みそ汁	豆腐・麩みそ・油揚げ・けずりぶし	にんじん・えのきたけ・根深ねぎ	じゃがいも	
		ゆかりあえ		キャベツ・きゅうり・もやし・にんじん しそ（粉）	砂糖	
		レバーとかぼちゃの甘辛煮	とり肉・とりレバー	かぼちゃ	コーンスターチ・じゃがいもでん粉・米ぬか油 砂糖	
10	火	麦ごはん・飲用牛乳　たべまるのおすすめ	飲用牛乳		麦ごはん	585 19.3
		夏野菜のカレーライス	ぶた肉・チーズ・脱脂粉乳	たまねぎ・なす・かぼちゃ・にんじん・ピーマン	カレールウ（甘口・辛口）・米ぬか油	
		いかサラダ	いか	キャベツ・きゅうり	ごまドレッシング	
		なしポンチ		パインアップル・なし（生）・黄桃		
11	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	527 22.6
		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	
		和風サラダ ◇和風ドレッシング	まぐろ（油漬）	キャベツ・きゅうり・スイートコーン	砂糖・和風ドレッシング	
		大豆の甘辛炒め	ぶた肉・大豆・青大豆	たまねぎ・にんじん・しょうが・にんにく	砂糖・じゃがいもでん粉・ごま油	
12	木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	584 20.0
		豆腐の中華煮	豆腐・ぶた肉・えび	はくさい・たまねぎ・にんじん	じゃがいもでん粉・砂糖・ごま油	
		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	
		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	
13	金	ごはん・飲用牛乳　月見献立	飲用牛乳		ごはん	518 22.0
		のっぺい汁	ちくわ・油揚げ・けずりぶし・こんぶ	だいこん・こんにゃく・にんじん・ごぼう 根深ねぎ	さといも・じゃがいもでん粉・ごま油	
		とり肉とキャベツのおひたし	とり肉（蒸）	キャベツ・もやし	砂糖	
		いわしの梅煮	いわし	梅干し	じゃがいもでん粉・砂糖	
		月見ゼリー		月見ゼリー		
17	火	米粉パン・飲用牛乳	飲用牛乳		米粉パン	514 23.7
		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	
		中華あえ	とり肉（蒸）	キャベツ・にんじん・きゅうり	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 とうもろこし	小麦粉・砂糖・ラード	
18	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	538 21.2
		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		
		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	
		ささ身大葉梅肉フライ	大豆・とり肉	青じそ・梅干し	小麦粉・とうもろこしでん粉・砂糖 なたね油・米ぬか油	
19	木	スライスパン・飲用牛乳	飲用牛乳		スライスパン	533 19.1
		ラタトゥイユ　豊田ブランドの日	ショルダーベーコン	たまねぎ・かぼちゃ・なす・トマト・にんじん トマトピューレー・ピーマン・ズッキーニ にんにく・パセリ	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	コールスロードレッシング	
		とよたひまわりポーク入りハムサンド	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・米ぬか油	
		ももゼリー		ももゼリー		

2024年度　9月　　給食献立一覧表　　献立Ａ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
20	金	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	536 20.7
		肉だんごと野菜のスープ	肉だんご	はくさい・にんじん・根深ねぎ・しょうが	じゃがいもでん粉	
		切干しだいこんのチャプチェ	ぶた肉	切干しだいこん・にんじん・しいたけ ピーマン・しょうが・にんにく	砂糖・ごま・米ぬか油・ごま油	
		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	
24	火	**小型ロール・飲用牛乳**	飲用牛乳		小型ロール	515 20.5
		ミートスパゲティ	ぶた肉	たまねぎ・トマト・にんじん・グリンピース	スパゲティ・米ぬか油	
		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	
		たらナゲット	すけとうだら		小麦粉・とうもろこしでん粉・米粉 じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉 なたね油・ラード・米ぬか油	
25	水	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	493 22.5
		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	
		筑前煮	とり肉・けずりぶし	こんにゃく・にんじん・ごぼう・れんこん さやいんげん	砂糖・米ぬか油・ごま油	
		さばのみそ煮	豆みそ・さば		砂糖	
26	木	**ツイストパン・飲用牛乳**	飲用牛乳		ツイストパン	485 20.8
		オニオンスープ	とり肉・ショルダーベーコン	たまねぎ・にんじん・パセリ	じゃがいもでん粉	
		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	フレンチドレッシング	
		ハンバーグ **◇中濃ソース（ハンバーグ用）**	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・米ぬか油	
		コーヒー牛乳の素			コーヒー牛乳の素	
27	金	**麦ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		麦ごはん	560 20.3
		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	
		キャベツの昆布あえ	こんぶ	キャベツ・もやし・にんじん	砂糖	
		さといもコロッケ	大豆・とり肉		小麦粉・とうもろこしでん粉・さといも 砂糖・なたね油・米ぬか油	
30	月	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	530 22.4
		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	
		厚焼き卵	鶏卵・かつおだし・こんぶだし		キャッサバでん粉・砂糖・大豆油・なたね油	

9月の目標「自然の恵みに感謝しよう」

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
- ●ぶた肉「とよたひまわりポーク」
  - ・・・とよたひまわりポーク入りハム
- ●なす　●なし　●しいたけ
- ●もも・・・ももゼリー

＜今月の季節の食材＞

なし

ピーマン

なす

とうがん

かぼちゃ

2日（月）防災の日献立

１日は「防災の日」です。給食では、災害時に備えた食品を活用した献立を実施します。

13日（金）月見献立

１7日は「十五夜」です。
収穫したさといもなどを供えるため「いも名月」とも呼ばれています。
給食では、さといもが入った「のっぺい汁」を実施します。
また、「月見ゼリー」もつきます。

19日（木）豊田ブランドの日

「とよたひまわりポーク」や「ももゼリー」など豊田市でとれた食材を使用した献立を実施します。

たべまるのおすすめ

今月は、10日（火）の【夏野菜のカレーライス】まる。
作り方や写真は、豊田市ホームページのトップページ「クックパッド公式キッチン」をクリックするまる。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。

2024年度　10月　　給食献立一覧表　　献立Ａ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
1	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	553 20.3
		ちゃんこ汁	肉だんご・ミックスみそ・油揚げ	はくさい・にんじん・だいこん・根深ねぎ	じゃがいもでん粉	
		きんぴらごぼう	ぶた肉・はんぺん	ごぼう・にんじん	砂糖・ごま・米ぬか油・ごま油	
		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	
2	水	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	471 16.5
		五目スープ	ショルダーベーコン	チンゲンサイ・たまねぎ・にんじん	はるさめ・じゃがいもでん粉	
		チャーハン	ぶた肉	たくあん漬・にんじん・根深ねぎ	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	
3	木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	520 18.4
		すまし汁	豆腐・かまぼこ・けずりぶし	にんじん・みつば		
		ひじきサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング	まぐろ（油漬）・ひじき	キャベツ・スイートコーン	マヨネーズ風ドレッシング	
		いかカツ・◆ウスターソース	大豆・いか		小麦粉・とうもろこしでん粉 じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉・砂糖 大豆油・なたね油・パーム油・米ぬか油	
4	金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	558 19.0
		だいこんと豚肉の煮物	ぶた肉・焼き豆腐・はんぺん・けずりぶし	だいこん・にんじん・しょうが	砂糖・じゃがいもでん粉	
		こまつなのおひたし		キャベツ・こまつな・にんじん	砂糖	
		和風コロッケ	大豆	にんじん・れんこん	小麦粉・米粉・じゃがいも・じゃがいもでん粉 砂糖・大豆油・なたね油・米ぬか油	
7	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	507 19.7
		根菜の煮物	とり肉・はんぺん・けずりぶし	だいこん・にんじん・ごぼう・れんこん	砂糖	
		キャベツのあえもの	油揚げ	キャベツ・もやし・ほうれんそう・にんじん	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	
8	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	548 20.2
		さつまいものみそ汁	麦みそ・豆みそ・けずりぶし	だいこん・にんじん・ごぼう・根深ねぎ	さつまいも	
		きのこごはん	とり肉・油揚げ	しめじ・にんじん・えのきたけ・しいたけ	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・とうもろこし油 米ぬか油	
9	水	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	574 18.1
		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	
		ツナサラダ	まぐろ（油漬）	キャベツ・きゅうり	フレンチドレッシング	
		フルーツポンチ		黄桃・パインアップル	カクテルゼリー	
10	木	米粉パン・飲用牛乳	飲用牛乳		米粉パン	525 23.1
		焼きそば	ぶた肉・いか・ちくわ・あおのり	キャベツ・にんじん	中華めん・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	
		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	
11	金	ごはん・飲用牛乳　たべまるのおすすめ	飲用牛乳		ごはん	543 22.1
		かきたま汁	鶏卵・豆腐・かまぼこ・けずりぶし	えのきたけ	じゃがいもでん粉	
		野菜のねりごまあえ	まぐろ（油漬）	キャベツ・にんじん・もやし	ごま・砂糖	
		とり肉の香味ソースかけ	とり肉	根深ねぎ・しょうが	とうもろこしでん粉・米ぬか油・ごま油・砂糖	
15	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	480 16.7
		かしわ汁	とり肉・けずりぶし	だいこん・にんじん・根深ねぎ		
		和風サラダ・◇和風ドレッシング		キャベツ・きゅうり・切干しだいこん	ごま・砂糖・和風ドレッシング	
		ししゃもフライ	大豆・からふとししゃも		小麦粉・キャッサバでん粉・米ぬか油	
16	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	518 23.4
		すきやき風煮	焼き豆腐・ぶた肉	はくさい・こんにゃく・根深ねぎ・えのきたけ	生ふ・砂糖	
		おかかあえ	かつお節	キャベツ・にんじん・ほうれんそう	砂糖	
		厚焼き卵	鶏卵・かつおだし・こんぶだし		キャッサバでん粉・砂糖・大豆油・なたね油	
17	木	ツイストパン・飲用牛乳	飲用牛乳		ツイストパン	507 20.9
		ポークビーンズ	大豆・ぶた肉・ショルダーベーコン	たまねぎ・にんじん	じゃがいも・砂糖	
		サワーキャベツ		キャベツ・にんじん・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			
18	金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	525 19.6
		きのこのみそ汁　豊田ブランドの日	ミックスみそ・油揚げ・けずりぶし	しめじ・根深ねぎ・えのきたけ・しいたけ	じゃがいも	
		とよたチャンプルー	生揚げ・ぶた肉・鶏卵・かつお節	たまねぎ・にんじん	ごま・米ぬか油	
		あじフリッター	あじ・おきあみ・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	
		ブルーベリーゼリー		ブルーベリーゼリー		
21	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	563 19.4
		麻婆豆腐	豆腐・ぶた肉・豆みそ	たまねぎ・にんじん・根深ねぎ・しょうが	じゃがいもでん粉・砂糖・ごま油	
		中華あえ		キャベツ・にんじん	香味野菜ドレッシング・はるさめ	
		大学いも（２個）			さつまいも・米ぬか油・砂糖	
22	火	りんごパン・飲用牛乳	飲用牛乳		りんごパン	482 16.3
		コーンクリームスープ	牛乳・脱脂粉乳・チーズ	スイートコーン・たまねぎ・パセリ	ベシャメルソースの素・生クリーム	
		コールスローサラダ		キャベツ・にんじん・きゅうり	コールスロードレッシング	
		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・コーングリッツ なたね油・パーム油・ラード・米ぬか油	

2024年度　10月　　給食献立一覧表　　献立Ａ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
23	水	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	548 23.6
		さといものみそ汁	豆みそ・油揚げ・けずりぶし	だいこん・にんじん・根深ねぎ	さといも	
		五目豆	大豆・ぶた肉・こんぶ・けずりぶし	にんじん・ごぼう	砂糖	
		さばの煮つけ	さば	しょうが	砂糖	
		味付けのり	味付けのり			
24	木	**スライスパン・飲用牛乳**	飲用牛乳		スライスパン	482 19.9
		大麦と野菜のスープ	とり肉・ベーコン	たまねぎ・にんじん・キャベツ・パセリ	じゃがいも・押麦・米ぬか油	
		フレンチサラダ		キャベツ・にんじん・スイートコーン レモン果汁	なたね油・砂糖	
		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	
		ラ・フランスジャム			ラ・フランスジャム	
25	金	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	490 16.8
		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	
		磯香あえ	のり	キャベツ・もやし・にんじん	砂糖	
		愛知の野菜入り肉だんご	大豆・とり肉・ぶた肉	たまねぎ・れんこん	じゃがいもでん粉・砂糖・なたね油・ラード	
28	月	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	576 20.1
		豆腐の中華煮	豆腐・ぶた肉	はくさい・たまねぎ・にんじん	じゃがいもでん粉・砂糖・ごま油	
		棒々鶏（バンバンジー） ◇棒々鶏ソース	とり肉（蒸）	キャベツ・きゅうり		
		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	
29	火	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	513 18.4
		おでん	生揚げ・ちくわ・けずりぶし・こんぶ	だいこん・こんにゃく	さといも	
		ゆかりあえ		キャベツ・にんじん・きゅうり・しそ（粉）	砂糖	
		肉みそ	ぶた肉・豆みそ		砂糖	
30	水	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	568 20.1
		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		
		りっちゃんの元気サラダ	ハム・かつお節・こんぶ	キャベツ・きゅうり・にんじん スイートコーン	トマトドレッシング・オリーブ油・砂糖	
		レバーとさつまいもの甘辛煮	とり肉・とりレバー		とうもろこしでん粉・さつまいも じゃがいもでん粉・米ぬか油・砂糖	
31	木	**麦ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		麦ごはん	532 18.2
		パンプキンポタージュ	牛乳・脱脂粉乳・チーズ	かぼちゃ・たまねぎ・パセリ	ベシャメルソースの素・生クリーム・バター	
		チキンサラダ	とり肉（蒸）	キャベツ・にんじん・きゅうり	コールスロードレッシング	
		きんぴらピラフ	ウインナー	たまねぎ・ごぼう・にんじん・えだまめ エリンギ	オリーブ油	

10月の目標「食事のマナーを守って食べよう」

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
　焼き豆腐
●しいたけ　●なたね油
●さといも　●キャベツ
●ブルーベリー・・・ブルーベリーゼリー

１８日（金）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（大地の風）
★きのこのみそ汁…しいたけ、油揚げ
★とよたチャンプルー…生揚げ
★ブルーベリーゼリー…ブルーベリー

＜今月の季節の食材＞

さつまいも

さといも

きのこ

・しいたけ
・しめじ
・えのきたけ
・エリンギ

かつお

りんご

※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。

たべまるのおすすめ

今月は、１１日（金）の【とり肉の香味ソースかけ】まる。
作り方や写真は、豊田市ホームページのトップページ「クックパッド公式キッチン」をクリックするまる。
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

※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。

2024年度　11月　　給食献立一覧表　　献立Ａ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
1	金	ごはん・飲用牛乳　たべまるのおすすめ	飲用牛乳		ごはん	579 22.3
		つくね汁	肉だんご・麦みそ・けずりぶし	だいこん・にんじん・根深ねぎ		
		糸切昆布の炒め煮	ぶた肉・こんぶ・けずりぶし	にんじん	じゃがいも・砂糖・ごま油・米ぬか油	
		ほっけフライ ◆ウスターソース	ほっけ		小麦粉・じゃがいもでん粉・米ぬか油	
5	火	スライスパン・飲用牛乳	飲用牛乳		スライスパン	527 22.0
		きのこのクリーム煮	牛乳・とり肉・脱脂粉乳・チーズ	たまねぎ・にんじん・しめじ・エリンギ	ベシャメルソースの素・生クリーム・バター	
		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	
		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	
		メープルジャム			メープルジャム	
6	水	三河赤鶏五目ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳・とり肉・油揚げ	ごぼう・しいたけ・にんじん	ごはん・砂糖・大豆油	499 23.5
		はくさいのみそ汁	米みそ・けずりぶし	はくさい・だいこん・にんじん・根深ねぎ	じゃがいも	
		ほうれんそうのおかかあえ	かつお節	キャベツ・もやし・ほうれんそう	砂糖	
		生揚げとかぼちゃのそぼろ煮	生揚げ・ぶた肉・けずりぶし	かぼちゃ・しょうが	砂糖・じゃがいもでん粉	
		乾燥小魚	いわし		キャッサバでん粉・砂糖	
7	木	りんごパン・飲用牛乳	飲用牛乳		りんごパン	512 19.7
		ポトフ	ウインナー	たまねぎ・だいこん・にんじん	じゃがいも	
		ツナサラダ	まぐろ（油漬）	キャベツ・にんじん・きゅうり スイートコーン	コールスロードレッシング	
		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	
8	金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	515 20.4
		わかめスープ	豆腐・ショルダーベーコン・わかめ	たまねぎ・にんじん		
		豚肉のみそ炒め	ぶた肉・豆みそ	キャベツ・にんじん	砂糖・じゃがいもでん粉	
		いかカツ	大豆・いか		小麦粉・とうもろこしでん粉 じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉・砂糖 大豆油・なたね油・パーム油・米ぬか油	
11	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	468 16.4
		さつま汁	とり肉・麦みそ・けずりぶし	だいこん・にんじん・ごぼう・根深ねぎ	さつまいも	
		キャベツのあえもの		キャベツ・もやし・ほうれんそう・にんじん	砂糖	
		ししゃもフライ	大豆・からふとししゃも		小麦粉・キャッサバでん粉・米ぬか油	
		抹茶ふりかけ			抹茶ふりかけ	
12	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	524 16.7
		五目スープ	ぶた肉	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	
		中華あえ	まぐろ（油漬）	キャベツ・にんじん・きゅうり	香味野菜ドレッシング・はるさめ	
		揚げぎょうざ（２個）	ぶた肉	にら・キャベツ・しょうが・たまねぎ	小麦粉・キャッサバでん粉・砂糖 ラード・米ぬか油	
13	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	548 21.8
		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	
		納豆あえ	納豆・チーズ	パセリ	砂糖	
14	木	ツイストパン・飲用牛乳	飲用牛乳		ツイストパン	495 18.7
		ミネストローネ	とり肉	たまねぎ・トマト・にんじん・セロリ にんにく・パセリ	じゃがいも・いんげんまめ マカロニ・オリーブ油	
		コーンコールスローサラダ		キャベツ・スイートコーン・にんじん	コールスロードレッシング	
		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	
15	金	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	604 21.1
		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	フレンチドレッシング	
		みかん(生)		みかん（生）		
18	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	567 20.5
		八杯汁	豆腐・けずりぶし	だいこん・にんじん・根深ねぎ	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	
		レバーとこんにゃくの甘辛煮	とり肉・とりレバー	こんにゃく	とうもろこしでん粉・じゃがいもでん粉 米ぬか油・砂糖	
19	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	482 19.3
		はるさめスープ	ベーコン	はくさい・にんじん	はるさめ・じゃがいもでん粉	
		ビビンバ丼	ぶた肉	もやし・ほうれんそう・にんじん・しょうが	砂糖・ごま油・ごま・米ぬか油	
		キャベツ入りはんぺん	いか・すけとうだら・このしろ	ねぎ・キャベツ	じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉 砂糖・大豆油・なたね油・米ぬか油	
20	水	ごはん・飲用牛乳　あいち県民の日献立	飲用牛乳		ごはん	504 17.8
		とよたひまわりポークの赤だし	豆腐・ぶた肉・豆みそ・油揚げ 米みそ・けずりぶし	だいこん・にんじん・ごぼう・根深ねぎ		
		青菜あえ		キャベツ・はくさい・もやし・にんじん 菜めし粉		
		豊田市産じゃがいもコロッケ	ぶた肉	たまねぎ	小麦粉・じゃがいも・砂糖・米ぬか油	

2024年度　11月　　給食献立一覧表　　献立Ａ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
21	木	**米粉パン・飲用牛乳**	飲用牛乳		米粉パン	518 21.7
		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	
		りんごポンチ		パインアップル・りんご（生）・黄桃		
		しゅうまい	ぶた肉	しょうが・たまねぎ	小麦粉・じゃがいもでん粉	
25	月	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	521 20.9
		のっぺい汁	ちくわ・油揚げ・けずりぶし・こんぶ	こんにゃく・にんじん・ごぼう 根深ねぎ・しいたけ	さといも・じゃがいもでん粉・ごま油	
		和風サラダ **◇和風ドレッシング**	とり肉（蒸）	キャベツ・きゅうり・切干しだいこん	ごま・砂糖 和風ドレッシング	
		さばのみそ煮	豆みそ・さば		砂糖	
		なしゼリー		なしゼリー		
26	火	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	528 21.1
		すきやき風煮	ぶた肉・焼き豆腐	はくさい・こんにゃく・根深ねぎ	砂糖	
		海藻サラダ	ひじき・わかめ	キャベツ・きゅうり・にんじん	香味野菜ドレッシング	
		たらナゲット	すけとうだら		小麦粉・とうもろこしでん粉・米粉 じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉 なたね油・ラード・米ぬか油	
27	水	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	552 20.3
		たまごスープ	鶏卵・ショルダーベーコン	たまねぎ・にんじん	じゃがいもでん粉	
		うま塩キャベツ		キャベツ・きゅうり・にんじん 切干しだいこん・にんにく	ごま油	
		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	
28	木	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	508 18.8
		みそ汁	豆腐・豆みそ・油揚げ・けずりぶし・わかめ	たまねぎ・根深ねぎ		
		だいこんサラダ **◇マヨネーズ風ドレッシング**	まぐろ（油漬）	だいこん・きゅうり・にんじん	砂糖 マヨネーズ風ドレッシング	
		和風照り焼きハンバーグ	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・砂糖・じゃがいもでん粉・米ぬか油	
29	金	**麦ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		麦ごはん	492 16.3
		中華飯	ぶた肉・いか	はくさい・たまねぎ・にんじん・チンゲンサイ	じゃがいもでん粉	
		ナムル		もやし・キャベツ・きゅうり・にんじん	ごま・砂糖・ごま油	
		ショウロンポウ	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	

日本型食生活週間

11月の目標「栄養のバランスを考えて食べよう」

豊田の農産物

●米「大地の風」　・・・ごはん、麦ごはん、米粉パン
　三河赤鶏五目ごはん
●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、焼き豆腐、納豆
●にんじん　●しいたけ　●ほうれんそう　●だいこん
●さといも　●キャベツ　●ぶた肉「とよたひまわりポーク」
●はくさい
●じゃがいも　・・・豊田市産じゃがいもコロッケ
●なし・・・なしゼリー　●茶・・・抹茶ふりかけ

＜今月の季節の食材＞

さば

さといも

さつまいも

ほうれんそう

だいこん

ねぎ

みかん

りんご

２０日（水）　あいち県民の日献立

愛知県の**郷土料理**や**愛知県でとれた食材**を使用した献立を実施します

★ごはん…**米（大地の風）**
★飲用牛乳…**牛乳**
★**とよたひまわりポークの赤だし**…**ぶた肉（とよたひまわりポーク）、豆腐、油揚げ、にんじん、だいこん、豆みそ、米みそ**
★青菜あえ…**キャベツ、はくさい、にんじん**
★豊田市産じゃがいもコロッケ…**じゃがいも**

コロッケができるまでの動画はこちら

とよたの給食　検索

日本型食生活週間

25(月)～29日(金)

主食・主菜・副菜を組み合わせた「日本型食生活」を知ることができる献立を実施します。
日本型食生活とは、主食のごはんを中心に、肉・魚などの「主菜」、野菜・海藻、豆・豆製品などを使った「副菜」や「汁物」などを組み合わせた栄養のバランスに優れた食生活のことです。

たべまるのおすすめ

今月は、１日（金）の【糸切昆布の炒め煮】まる。
作り方や写真は、豊田市ホームページのトップページ「クックパッド公式キッチン」をクリックするまる。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。

2024年度　12月　　給食献立一覧表　　献立Ａ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
2	月	ごはん（ミネアサヒ）・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	538 22.6
		とよたのみそ汁　豊田ブランドの日	豆腐・豆みそ・けずりぶし	はくさい・だいこん・葉ねぎ・しいたけ	
		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
		レバーと大豆のごまがらめ	とり肉・大豆・とりレバー		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
3	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	464 18.4
		ふだま汁	豆腐・けずりぶし	にんじん・はくさい・えのきたけ・みつば	豆玉ふ
		切干しだいこんのソース炒め	ぶた肉・ちくわ・あおのり	キャベツ・切干しだいこん・もやし	米ぬか油
		ししゃもフライ	大豆・からふとししゃも		小麦粉・キャッサバでん粉・米ぬか油
4	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	563 18.4
		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・さやいんげん	じゃがいも・砂糖
		れんこんサラダ・◇和風ドレッシング	青大豆	キャベツ・れんこん・スイートコーン	砂糖・和風ドレッシング
		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
5	木	米粉パン・飲用牛乳	飲用牛乳		米粉パン	624 25.1
		かぶとはくさいのクリームスープ	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・はくさい・かぶ・にんじん	ベシャメルソースの素・生クリーム・バター
		ブロッコリーサラダ ◇サウザンアイランドドレッシング		キャベツ・ブロッコリー・スイートコーン	サウザンアイランドドレッシング
		ミンチカツ	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 じゃがいもでん粉・砂糖・なたね油・米ぬか油
6	金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	531 21.1
		だいこんのそぼろ煮	ぶた肉・生揚げ・けずりぶし	だいこん・にんじん・しょうが	砂糖・じゃがいもでん粉
		ひじきサラダ	まぐろ（油漬）・ひじき	キャベツ・きゅうり	ごまドレッシング・ごま
		厚焼き卵	鶏卵・かつおだし・こんぶだし		キャッサバでん粉・砂糖・大豆油・なたね油
9	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	545 20.9
		豆乳のバランスみそ汁	豆腐・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	じゃがいも
		根菜のきんぴら	ぶた肉	ごぼう・れんこん・にんじん	砂糖・米ぬか油・ごま油
		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
10	火	小型ロール・飲用牛乳	飲用牛乳		小型ロール	559 20.5
		ミートスパゲティ	ぶた肉	たまねぎ・トマト・にんじん・グリンピース	スパゲティ・米ぬか油
		フレンチサラダ		キャベツ・スイートコーン・にんじん きゅうり・レモン果汁	オリーブ油・砂糖
		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・コーングリッツ なたね油・パーム油・ラード・米ぬか油
		コーヒー牛乳の素			コーヒー牛乳の素
11	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	532 25.0
		高野豆腐の卵とじ	ぶた肉・鶏卵・凍り豆腐・けずりぶし	たまねぎ・にんじん・さやいんげん	じゃがいも・砂糖
		ごま酢あえ	とり肉（蒸）	キャベツ・もやし・きゅうり・しょうが	砂糖・ごま
		わかさぎのから揚げ	わかさぎ		米粉・じゃがいもでん粉・米ぬか油
12	木	ツイストパン・飲用牛乳	飲用牛乳		ツイストパン	525 19.4
		ポトフ	ウインナー	たまねぎ・だいこん・にんじん	じゃがいも
		大豆とツナのサラダ	大豆・まぐろ（油漬）	キャベツ・にんじん	コールスロードレッシング
		みかん(生)		みかん（生）	
13	金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	493 17.5
		五目スープ		チンゲンサイ・たまねぎ・もやし・にんじん	はるさめ・じゃがいもでん粉
		チャーハン	ぶた肉	たくあん漬・にんじん・根深ねぎ	ごま油・ごま
		野菜入りしゅうまい（２個）	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
16	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	529 19.7
		のっぺい汁	ちくわ・油揚げ・けずりぶし・こんぶ	だいこん・こんにゃく・にんじん ごぼう・根深ねぎ	さといも・じゃがいもでん粉・ごま油
		和風サラダ・◇和風ドレッシング	まぐろ（油漬）	キャベツ・にんじん・きゅうり	砂糖・和風ドレッシング
		さばの煮つけ	さば	しょうが	砂糖
17	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	520 19.1
		豆腐の中華煮	豆腐・ぶた肉	はくさい・たまねぎ・にんじん・たけのこ	じゃがいもでん粉・砂糖・ごま油
		拌三絲（バンサンスー）		キャベツ・きゅうり・にんじん	はるさめ・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
18	水	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	628 22.6
		カレーライス	ぶた肉・チーズ・脱脂粉乳	たまねぎ・にんじん・グリンピース	じゃがいも・カレールウ（甘口・辛口）
		サワーキャベツ		キャベツ・きゅうり・スイートコーン にんじん・レモン果汁	砂糖
		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
19	木	スライスパン・飲用牛乳	飲用牛乳		スライスパン	479 20.8
		オニオンスープ	とり肉・ショルダーベーコン	たまねぎ・にんじん・パセリ	
		マセドアンサラダ		にんじん・スイートコーン・きゅうり	じゃがいも・コールスロードレッシング
		ハンバーグ ◇中濃ソース（ハンバーグ用）	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
		りんごジャム			りんごジャム
20	金	ごはん・飲用牛乳　冬至献立	飲用牛乳		ごはん	515 20.9
		かぼちゃのみそ汁	豆腐・米みそ・油揚げ・いりこだし	かぼちゃ・たまねぎ・根深ねぎ	
		はくさいのごまあえ		はくさい・もやし・にんじん	ごま・砂糖
		ぶりの竜田揚げ	ぶり	しょうが	じゃがいもでん粉・米ぬか油

2024年度　12月　　給食献立一覧表　　献立Ａ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
23	月	麦ごはん・飲用牛乳　クリスマス献立	飲用牛乳		麦ごはん	629 21.4
		パスタスープ	ベーコン	たまねぎ・キャベツ・にんじん・パセリ	マカロニ	
		チキンライス	とり肉	たまねぎ・にんじん・グリンピース	米ぬか油	
		オムレツ	鶏卵		キャッサバでん粉・砂糖・なたね油	
		豆乳プリンタルト			豆乳プリンタルト	
24	火	りんごパン・飲用牛乳	飲用牛乳		りんごパン	493 19.4
		ポタージュスープ	牛乳・とり肉・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・バター	
		コーンコールスローサラダ		キャベツ・スイートコーン・きゅうり	コールスロードレッシング	
		ウインナー	ウインナー			
25	水	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	502 18.9
		豚丼	ぶた肉	たまねぎ・しらたき・にんじん・しょうが	砂糖	
		ゆかりあえ		キャベツ・きゅうり・だいこん もやし・しそ（粉）		
		あじナゲット	大豆・あじ・すけとうだら	たまねぎ	小麦粉・コーンフラワー・とうもろこしでん粉 じゃがいもでん粉・砂糖・大豆油・米ぬか油	
26	木	サンドイッチバンズ・飲用牛乳	飲用牛乳		サンドイッチバンズ	484 21.0
		豆^{3}のスープ	ウインナー・豆乳・米みそ	たまねぎ・にんじん・えだまめ	じゃがいも	
		ミックスフルーツ		パインアップル・黄桃・みかん		
		照り焼きチキンバーガー	大豆・とり肉		とうもろこしでん粉・米でん粉	
27	金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	575 16.9
		八宝菜	ぶた肉	たまねぎ・はくさい・にんじん・もやし チンゲンサイ	じゃがいもでん粉	
		中華あえ	まぐろ（油漬）	キャベツ・きゅうり	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	

12月の目標「寒さに負けない食事をしよう」

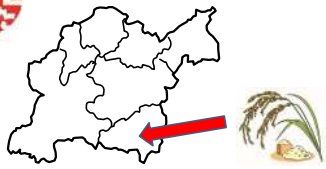
豊　田　の　農　産　物

●米「大地の風」
　「特別栽培米ミネアサヒ(赤とんぼ米)」
　…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
●さといも　●キャベツ
●にんじん　●はくさい
●葉ねぎ　●ほうれんそう
●だいこん　●しいたけ

2日(月)　豊田ブランドの日

豊田市でとれた食材を使用した献立です。

●ごはん…米（特別栽培米ミネアサヒ「赤とんぼ米」）
●とよたのみそ汁…豆腐・はくさい・だいこん・しいたけ・葉ねぎ
●おかかあえ…キャベツ・ほうれんそう・にんじん
●レバーと大豆のごまがらめ…大豆



下山地区

生産者の方々は、農産物を一生懸命作っています。
感謝の気持ちを込めて給食を食べましょう。

冬至献立

20日(金)

かぼちゃのみそ汁

　1年の中で一番、昼が短く、夜が長くなる日を「冬至」と呼びます。
　冬至の日は、ゆずを浮かべた「ゆず湯」に入って体を温め、栄養のある「かぼちゃ」を食べるとかぜをひきにくいといわれています。

今年の冬至は
12月21日(土)です。

＜今月の季節の食材＞

さば

ぶり

わかさぎ

はくさい

ねぎ

だいこん

ブロッコリー

ほうれんそう

れんこん

みかん

※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。

2023年度　1月　　給食献立一覧表　　献立Ｂ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 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）
5	金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	488 17.2
		みそ汁	豆腐・豆みそ・油揚げ・けずりぶし・わかめ	たまねぎ	じゃがいも	
		おひたし		キャベツ・ほうれんそう・にんじん	砂糖	
		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	
9	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	523 20.0
		根菜のみそ煮	とり肉・豆みそ・はんぺん・けずりぶし	だいこん・にんじん・れんこん・ごぼう	じゃがいも・砂糖	
		七草ごはん　七草献立		七草・だいこん・だいこんの葉	ごま	
		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	
		プチゼリー（みかん）			プチゼリー（みかん）	
10	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	550 19.5
		関東煮	生揚げ・ちくわ・けずりぶし・こんぶ	こんにゃく・にんじん	じゃがいも・砂糖	
		くりぜんざい			くり・砂糖・あずき	
		厚焼き卵	鶏卵・かつおだし・こんぶだし		キャッサバでん粉・砂糖・大豆油・なたね油	
11	木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	501 17.0
		かしわ汁	とり肉・けずりぶし	はくさい・にんじん・根深ねぎ	さといも	
		煮あえ	油揚げ・けずりぶし・こんぶ	だいこん・にんじん・れんこん	砂糖	
		たこナゲット	大豆・いか・たこ・たちうお		小麦粉・とうもろこしでん粉・キャッサバでん粉 砂糖・なたね油・ラード・米ぬか油	
		ふりかけ（野菜と雑穀）			ふりかけ（野菜と雑穀）	
12	金	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	472 15.3
		中華飯	ぶた肉・いか	たまねぎ・はくさい・にんじん もやし・チンゲンサイ	じゃがいもでん粉	
		拌三絲（パンサンスー）		キャベツ・にんじん・きゅうり	はるさめ・砂糖・ごま油	
		愛知の野菜入り揚げぎょうざ	ぶた肉	にんじん・たまねぎ・れんこん	小麦粉・じゃがいもでん粉・砂糖 なたね油・米ぬか油	
15	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	533 22.9
		すきやき風煮	ぶた肉・焼き豆腐	はくさい・こんにゃく・根深ねぎ えのきたけ	砂糖	
		和風サラダ・◇和風ドレッシング		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	
		花型はんぺん	すけとうだら・このしろ	にんじん・キャベツ・スイートコーン	じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉 砂糖・大豆油・なたね油	
16	火	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	608 20.2
		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・カレールウ（甘口・辛口）	
		いかサラダ	いか	キャベツ・きゅうり	ごまドレッシング・砂糖	
		みかん		みかん（生）		
17	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	537 18.7
		五目スープ	ぶた肉	チンゲンサイ・にんじん・たけのこ	はるさめ・じゃがいもでん粉	
		ナムル	とり肉（蒸）	はくさい・もやし	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・じゃがいもでん粉・粉あめ 大豆油・ラード・米ぬか油	
		乾燥小魚	いわし		キャッサバでん粉・砂糖	
18	木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	535 24.6
		つくね汁	肉だんご・油揚げ・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	ぶた肉・大豆・ひじき・けずりぶし	にんじん	じゃがいも・砂糖・米ぬか油	
		いわしの梅煮	いわし	梅干し	とうもろこしでん粉・砂糖	
19	金	ツイストパン・飲用牛乳	飲用牛乳		ツイストパン	527 19.3
		大麦と野菜のスープ	ショルダーベーコン	だいこん・にんじん・キャベツ・パセリ	じゃがいも・押麦・米ぬか油	
		ブロッコリーサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング		キャベツ・ブロッコリー・きゅうり	マヨネーズ風ドレッシング	
		とり肉のトマト煮込み	とり肉	たまねぎ・トマト・バジル	砂糖・オリーブ油・じゃがいもでん粉	
		コーヒー牛乳の素			コーヒー牛乳の素	
22	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	486 18.7
		八杯汁　たべまるのおすすめ	豆腐・けずりぶし・こんぶ	はくさい・にんじん・ごぼう・根深ねぎ	じゃがいもでん粉	
		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・もやし	米ぬか油	
		ししゃもフライ	大豆・からふとししゃも		小麦粉・キャッサバでん粉・米ぬか油	
		プチゼリー（アセロラ）			プチゼリー（アセロラ）	
23	火	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	486 18.5
		麻婆豆腐	豆腐・ぶた肉・豆みそ	たまねぎ・にんじん・根深ねぎ・しょうが	じゃがいもでん粉・砂糖・ごま油	
		華風あえ		キャベツ・もやし・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 とうもろこし	小麦粉・砂糖・ラード	
24	水	米粉パン・飲用牛乳　全国学校給食週間	飲用牛乳		米粉パン	566 23.1
		マカロニのクリーム煮	牛乳・とり肉・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	
		フレンチサラダ		キャベツ・スイートコーン・にんじん きゅうり	フレンチドレッシング	
		たらナゲット	すけとうだら		小麦粉・とうもろこしでん粉・米粉 じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉 なたね油・ラード・米ぬか油	

2023年度　1月　　給食献立一覧表　　献立Ｂ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名		赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 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)
25	木	ごはん・飲用牛乳	全国学校給食週間	飲用牛乳		ごはん	528 22.3
		豚汁		豆腐・ぶた肉・豆みそ・油揚げ・けずりぶし	はくさい・にんじん・ごぼう・根深ねぎ	
		たくあんあえ			キャベツ・たくあん漬・きゅうり	ごま・砂糖
		さばの煮つけ		さば	しょうが	砂糖
26	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	476 20.9
		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
		ツナサラダ		まぐろ（油漬）	キャベツ・きゅうり	コールスロードレッシング
		とんカツドッグ ◇中濃ソース（ドッグ用）		大豆・ぶた肉		小麦粉・とうもろこしでん粉 キャッサバでん粉・米ぬか油
29	月	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳		ごはん	534 20.7
		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
		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
		レバーとこんにゃくの甘辛煮		とり肉・とりレバー	こんにゃく	とうもろこしでん粉・じゃがいもでん粉 米ぬか油・砂糖
30	火	ごはん・飲用牛乳		飲用牛乳		ごはん	543 21.1
		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
		はくさいとかぶの酢の物			はくさい・かぶ・にんじん・きゅうり	砂糖
		納豆あえ		納豆・チーズ	パセリ	砂糖
31	水	スライスパン・飲用牛乳		飲用牛乳		スライスパン	501 20.0
		たまごスープ		鶏卵・ベーコン	たまねぎ・パセリ	じゃがいもでん粉
		コーンサラダ			キャベツ・スイートコーン・にんじん	コールスロードレッシング
		ハンバーグ ◇中濃ソース（ハンバーグ用）		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・米ぬか油
		いちごジャム			いちごジャム	

１月の目標「給食について知ろう」

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、焼き豆腐、納豆
- ●七草　●さといも　●にんじん
- ●キャベツ　●だいこん　●はくさい

七　草　9日（火）

昔は１月７日に、七草を神前にお供えし、おかゆなどにして食べることで、病気にならないように祈っていました。
現在でも、正月に七草がゆとして食べる習慣が残っています。

松平地区でとれた七草を使い、「七草ごはん」を実施します。

♪「せりなずな・ごぎょうはこべら・ほとけのざ・すずなすずしろ・春の七草」
短歌のリズムで覚えるのがおすすめです。

＜今月の季節の食材＞

ブロッコリー

かぶ

だいこん

みかん

さば

はくさい

春の七草

せり

なずな

ごぎょう

はこべら

ほとけのざ

すずな
かぶの葉

すずしろ
だいこんの葉

たべまるのおすすめ

今月は、22日（月）の【切干しだいこんのソース炒め】まる。
作り方や写真は、豊田市ホームページのトップページ「クックパッド公式キッチン」をクリックするまる。
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

全国学校給食週間　24日（水）～30日（火）

日本の学校給食は、明治２２年に山形県の小学校で始まったといわれています。
戦争によって一時中止されていましたが、戦後、外国からの援助により、学校給食は再開されました。このことを記念して、**「全国学校給食週間」**が定められました。
現在の学校給食は、食べることが困難だったころから大きく変わり、バランスのよい食事の見本として「生きた教材」の役割を担っています。

※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。

2023年度　2月　　給食献立一覧表　　献立Ｂ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 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	麦ごはん・飲用牛乳　節分献立	飲用牛乳		麦ごはん	495 20.0
		かしわ汁	とり肉・けずりぶし	だいこん・にんじん・葉ねぎ	さといも	
		なばなのおひたし		キャベツ・ほうれんそう・なばな スイートコーン	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	
2	金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	518 18.7
		おでん　たべまるのおすすめ	生揚げ・ちくわ・けずりぶし・こんぶ	だいこん・こんにゃく	さといも	
		青菜あえ		キャベツ・はくさい・もやし・にんじん 菜めし粉		
		肉みそ	ぶた肉・豆みそ		砂糖	
5	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	511 19.2
		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・根深ねぎ・ごぼう		
		ひじきサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング	まぐろ（油漬）・ひじき	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	
		愛知のれんこん入りつくね	大豆・とり肉	たまねぎ・れんこん	じゃがいもでん粉・砂糖・なたね油 パーム油・ラード・牛脂	
6	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	588 20.9
		親子煮	鶏卵・とり肉・けずりぶし	たまねぎ・にんじん・グリンピース	じゃがいも・砂糖	
		花野菜サラダ		キャベツ・ブロッコリー・カリフラワー スイートコーン	香味野菜ドレッシング	
		わんぱくじゃこ天	ウインナー・ちりめんじゃこ	たまねぎ・にんじん・根深ねぎ	小麦粉・米ぬか油	
7	水	小型ロール・飲用牛乳	飲用牛乳		小型ロール	529 20.1
		ミートスパゲティ	ぶた肉	たまねぎ・にんじん・トマトピューレー グリンピース	スパゲティ・米ぬか油	
		フレンチサラダ		キャベツ・きゅうり・にんじん	フレンチドレッシング	
		たこナゲット	大豆・いか・たこ・たちうお		とうもろこしでん粉・キャッサバでん粉 小麦粉・砂糖・なたね油・ラード・米ぬか油	
8	木	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	483 18.6
		ワンタンスープ	ベーコン	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	ごま・砂糖・ごま油	
		チャーハン	ぶた肉	たくあん漬・にんじん・根深ねぎ	ごま油	
		プチゼリー（アセロラ）			プチゼリー（アセロラ）	
9	金	りんごパン・飲用牛乳	飲用牛乳		りんごパン	493 18.9
		大麦と野菜のスープ	とり肉・ベーコン	たまねぎ・キャベツ・にんじん・パセリ	押麦・米ぬか油	
		ビーンズマセドアン	大豆	にんじん・きゅうり	じゃがいも・コールスロードレッシング	
		たらフライ・◆ウスターソース	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	
13	火	三河赤鶏五目ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳・とり肉・油揚げ	ごぼう・しいたけ・にんじん	ごはん・砂糖・大豆油	539 23.1
		のっぺい汁	ちくわ・けずりぶし・こんぶ	だいこん・こんにゃく・にんじん・根深ねぎ	さといも・じゃがいもでん粉・ごま油	
		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	
		さばの煮つけ	さば	しょうが	砂糖	
14	水	米粉パン・飲用牛乳	飲用牛乳		米粉パン	538 25.3
		焼きそば	ぶた肉・いか・ちくわ・あおのり	キャベツ・にんじん	中華めん・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	
		えびしゅうまい	えび・すけとうだら	たまねぎ	小麦粉・じゃがいもでん粉・パーム油	
15	木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	524 22.9
		だいこんのそぼろ煮	生揚げ・ぶた肉・けずりぶし	だいこん・にんじん・しょうが	砂糖・じゃがいもでん粉	
		いかサラダ	いか	キャベツ・きゅうり	ごまドレッシング	
		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	
16	金	ツイストパン・飲用牛乳	飲用牛乳		ツイストパン	538 18.8
		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・グリンピース	マカロニ・ベシャメルソースの素 生クリーム・バター	
		コーンサラダ		キャベツ・スイートコーン・きゅうり	コーンクリーミードレッシング	
		ミックスフルーツ		パインアップル・黄桃・みかん		
19	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	495 18.2
		はくさい汁	けずりぶし	はくさい・だいこん・にんじん・根深ねぎ		
		和風サラダ・◇和風ドレッシング	とり肉（蒸）	キャベツ・きゅうり	砂糖・和風ドレッシング	
		ほっけフライ・◆ウスターソース	ほっけ		小麦粉・じゃがいもでん粉・米ぬか油	
20	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	576 22.2
		肉じゃが	ぶた肉	たまねぎ・しらたき・にんじん・グリンピース	じゃがいも・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	
		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	
21	水	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	577 21.3
		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	
		コールスローサラダ		キャベツ・スイートコーン・きゅうり	コールスロードレッシング	
		根菜ドライカレー	ぶた肉	たまねぎ・にんじん・ごぼう・れんこん	小麦粉	

2023年度　2月　　給食献立一覧表　　献立Ｂ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 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）
22	木	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	533 21.2
		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・さやいんげん	じゃがいも・砂糖・じゃがいもでん粉	
		切干しだいこんのごま酢あえ		キャベツ・にんじん・切干しだいこん しょうが	砂糖・ごま	
		ちくわの天ぷら	ちくわ		小麦粉・米ぬか油	
		海の五目佃煮	かつお節・こんぶ・のり・ひじき・わかめ・寒天		砂糖・水あめ	
26	月	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	511 19.0
		生揚げの中華炒め	生揚げ・ぶた肉	はくさい・にんじん・にんにく	はるさめ・じゃがいもでん粉 米ぬか油・砂糖・ごま油	
		華風あえ		キャベツ・もやし・きゅうり	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	
27	火	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	540 21.7
		けんちん汁	豆腐・けずりぶし	だいこん・にんじん・根深ねぎ・ごぼう		
		こまつなのおひたし	油揚げ	キャベツ・もやし・こまつな・にんじん	砂糖	
		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	
28	水	**スライスパン・飲用牛乳**	飲用牛乳		スライスパン	548 20.1
		根菜シャキシャキポトフ	ウインナー	だいこん・たまねぎ・にんじん・れんこん パセリ	じゃがいも	
		キャロットサラダ		にんじん・きゅうり・スイートコーン レモン果汁	オリーブ油・砂糖	
		ハンバーグ ◇中濃ソース（ハンバーグ用）	牛肉・とり肉・ぶた肉	たまねぎ	小麦粉・じゃがいもでん粉・砂糖・米ぬか油	
		メープルジャム			メープルジャム	
29	木	**ごはん（ミネアサヒ）・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	564 20.9
		根菜のうま煮 豊田ブランドの日	生揚げ・とり肉・けずりぶし	だいこん・にんじん・れんこん ごぼう・さやいんげん	砂糖	
		おかかあえ	油揚げ・かつお節	キャベツ・もやし・ほうれんそう・にんじん	砂糖	
		まるっととよたひまわりポークコロッケ	大豆・ぶた肉	たまねぎ	小麦粉・とうもろこしでん粉・じゃがいも 砂糖・なたね油・マーガリン・米ぬか油	

２月の目標「日本の伝統的な食文化を知ろう」

豊　田　の　農　産　物

●米「大地の風」「特別栽培米ミネアサヒ（赤とんぼ米）」
　・・・ごはん、麦ごはん、米粉パン、三河赤鶏五目ごはん
●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、生揚げ、油揚げ
●キャベツ　●にんじん　●だいこん　●さといも
●はくさい　●なばな　●葉ねぎ
●ぶた肉「とよたひまわりポーク」
　・・・まるっととよたひまわりポークコロッケ

２月３日は「節分」

節分は「立春」の前日で、冬から春へ季節を分ける節目の日です。
節分の豆まきには、鬼を追い払い、福を呼び寄せるという意味があります。また、ひいらぎの小枝にいわしの頭を刺し、家の戸口にさげる風習もあります。

１日（木）に「節分献立」を実施します。

・いわしのしょうが煮

29日（木）豊田ブランドの日

豊田市でとれた食材を使用した献立です。

ごはん…米「特別栽培米ミネアサヒ(赤とんぼ米)」
根菜のうま煮…生揚げ・にんじん・だいこん
おかかあえ…油揚げ・にんじん・キャベツ
まるっととよたひまわりポークコロッケ…とよたひまわりポーク

＜今月の季節の食材＞

ほうれんそう

なばな

れんこん

だいこん

はくさい

給食に登場！特別栽培米ミネアサヒ「赤とんぼ米」

「赤とんぼ米」とは、農薬の使用回数や化学肥料の窒素成分量を半分以下まで減らした特別栽培米です。
　農薬により減ってしまったといわれる赤とんぼの復活を目指してその名が付けられました。

「とよた給食ニュース1月号」に赤とんぼ米についてさらに詳しく掲載されています。

赤とんぼ米農家
中根さん

たべまるのおすすめ

今月は、2日（金）の【肉みそ】まる。作り方や写真は、豊田市ホームページのトップページ「クックパッド公式キッチン」をクリックするまる。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

※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。

2023年度　3月　　給食献立一覧表　　献立Ｂ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 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	金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	578 22.7
		かきたま汁　ひなまつり献立	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	
		ちらしずし	ちくわ・油揚げ	にんじん・れんこん・たけのこ・かんぴょう	砂糖	
		とり肉の照り焼き	とり肉		砂糖・じゃがいもでん粉・米ぬか油	
		ひなあられ			ひなあられ	
4	月	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	539 23.1
		コリコリ親子丼	鶏卵・とり肉・かまぼこ・けずりぶし	たまねぎ・こまつな・ごぼう・たけのこ えのきたけ	砂糖	
		キャベツの昆布あえ	こんぶ	キャベツ・もやし・にんじん	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	
5	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	475 18.9
		沢煮わん	ぶた肉・けずりぶし	ごぼう・にんじん・たけのこ・えのきたけ みつば・しょうが	米ぬか油	
		青菜あえ		キャベツ・はくさい・もやし・にんじん・菜めし粉		
		カレイフライ・◆ウスターソース	かれい		小麦粉・コーンフラワー・米ぬか油	
6	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	519 18.9
		五目うどん	ぶた肉・かまぼこ・けずりぶし	はくさい・たまねぎ・にんじん・もやし 根深ねぎ・しょうが	うどん・じゃがいもでん粉・ごま油	
		たくあんあえ		キャベツ・たくあん漬・きゅうり	ごま・砂糖	
		ししゃもフライ・◆ウスターソース	大豆・からふとししゃも		小麦粉・キャッサバでん粉・米ぬか油	
7	木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	588 18.4
		麻婆豆腐	豆腐・ぶた肉・豆みそ	たまねぎ・にんじん・根深ねぎ・しょうが	じゃがいもでん粉・砂糖・ごま油	
		拌三絲（バンサンスー）		キャベツ・きゅうり・にんじん	はるさめ・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・じゃがいもでん粉・粉あめ 大豆油・ラード・米ぬか油	
8	金	ツイストパン・飲用牛乳	飲用牛乳		ツイストパン	538 21.5
		ポークビーンズ	大豆・ぶた肉・ベーコン	たまねぎ・にんじん	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・にんじん	フレンチドレッシング	
		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	547 21.3
		豚汁　たべまるのおすすめ	ぶた肉・豆みそ・けずりぶし	だいこん・こんにゃく・にんじん・ごぼう 根深ねぎ・えのきたけ		
		野菜のねりごまあえ		キャベツ・もやし・ほうれんそう・にんじん	ごま・砂糖	
		レバーとじゃがいもの甘辛煮	とり肉・とりレバー		とうもろこしでん粉・じゃがいも じゃがいもでん粉・米ぬか油・砂糖	
12	火	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	612 19.5
		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・カレールウ（甘口・辛口）	
		ビーンズサラダ	大豆	キャベツ・にんじん・きゅうり	コールスロードレッシング	
		ミックスフルーツ		パインアップル・黄桃・みかん		
13	水	スライスパン・飲用牛乳	飲用牛乳		スライスパン	473 18.7
		コーンクリームスープ	牛乳・脱脂粉乳・チーズ	スイートコーン・たまねぎ・パセリ	ベシャメルソースの素・生クリーム・バター	
		サワーキャベツ		キャベツ・きゅうり・にんじん・レモン果汁	砂糖	
		スラッピージョー	ぶた肉	たまねぎ・にんじん・トマトピューレー	小麦粉・砂糖・米ぬか油	
14	木	ごはん・飲用牛乳　卒園祝い献立	飲用牛乳		ごはん	647 20.1
		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	
		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	
		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	
		いちごクレープ（卵乳小麦なし）			いちごクレープ（卵乳小麦なし）	
15	金	米粉パン・飲用牛乳	飲用牛乳		米粉パン	558 20.7
		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	
		ごぼうサラダ・◇和風ドレッシング		キャベツ・ごぼう・にんじん・きゅうり	砂糖・和風ドレッシング	
		ショウロンポウ	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	
18	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	523 19.0
		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・ほうれんそう・にんじん	砂糖	
		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	
19	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	549 24.1
		筑前煮	とり肉・はんぺん・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	
		おひたし		はくさい・ほうれんそう・にんじん	砂糖	
		いわしの梅煮	いわし	梅干し	じゃがいもでん粉・砂糖	

2023年度　3月　　給食献立一覧表　　献立Ｂ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 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）
21	木	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	515 19.7
		はくさいの中華炒め	ぶた肉	はくさい・たまねぎ・にんじん チンゲンサイ・しょうが	じゃがいもでん粉	
		中華風酢の物	とり肉（蒸）	キャベツ・きゅうり・にんじん	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・とうもろこし	小麦粉・じゃがいもでん粉 キャッサバでん粉・砂糖・ラード	
		角チーズ	角チーズ			
22	金	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	530 18.2
		パスタスープ	ベーコン	キャベツ・たまねぎ・にんじん・パセリ	じゃがいも・マカロニ	
		きんぴらピラフ	ウインナー	たまねぎ・ごぼう・にんじん エリンギ・スイートコーン	オリーブ油	
		いかフライ	いか		小麦粉・じゃがいもでん粉・米ぬか油	
25	月	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	501 17.3
		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	
		和風サラダ	まぐろ（油漬）	キャベツ・もやし・きゅうり	ごまドレッシング・砂糖	
		愛知のれんこん入りつくね（２個）	大豆・とり肉	たまねぎ・れんこん	じゃがいもでん粉・砂糖・なたね油 パーム油・ラード・牛脂	
26	火	**小型ロール・飲用牛乳**	飲用牛乳		小型ロール	537 20.0
		ミートスパゲティ	ぶた肉	たまねぎ・にんじん・トマトピューレー グリンピース	スパゲティ・米ぬか油	
		フルーツゼリーミックス		黄桃・パインアップル・みかん	カクテルゼリー	
		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・コーングリッツ なたね油・パーム油・ラード・米ぬか油	
27	水	**麦ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		麦ごはん	519 19.6
		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	
		磯香あえ	のり	キャベツ・もやし・にんじん	砂糖	
		あじフリッター	あじ・おきあみ・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	
28	木	**りんごパン・飲用牛乳**	飲用牛乳		りんごパン	531 20.6
		オニオンスープ	とり肉・ショルダーベーコン	たまねぎ・にんじん・パセリ	じゃがいもでん粉	
		ポテトサラダ **◇マヨネーズ風ドレッシング**		きゅうり・にんじん・スイートコーン	じゃがいも・マヨネーズ風ドレッシング	
		ミンチカツ	大豆・ぶた肉	たまねぎ	小麦粉・とうもろこしでん粉・砂糖 じゃがいもでん粉・なたね油・米ぬか油	
29	金	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	493 18.6
		五目スープ	ショルダーベーコン	チンゲンサイ・もやし・にんじん	はるさめ・じゃがいもでん粉	
		中華風みそ炒め	とり肉・豆みそ	たまねぎ・たけのこ・にんじん	砂糖・じゃがいもでん粉・米ぬか油・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	

３月の目標「自分の食生活を振り返ろう」

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
- キャベツ

＜今月の季節の食材＞

にんじん

キャベツ

はくさい

卒園祝い献立

年長のみなさん、もうすぐ卒園ですね。
みなさんの卒園を祝って、14日（木）に卒園祝い献立を実施します。

3月3日は ひなまつり

１日（金）　ひなまつり献立を実施します。
✿ちらしずし
✿ひなあられ

たべまるのおすすめ

今月は、11日（月）の 【野菜のねりごまあえ】まる。
作り方や写真は、豊田市ホームページのトップページ「クックパッド公式キッチン」をクリックするまる。
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

※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。

2024年度　4月　　給食献立一覧表　　献立Ｂ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
1	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	477 22.6
		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・根深ねぎ・ごぼう		
		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	
		えびカツ	大豆・えび・すけとうだら	たまねぎ	小麦粉・とうもろこしでん粉・砂糖 じゃがいもでん粉・なたね油・米ぬか油	
2	火	サンドイッチバンズ・飲用牛乳	飲用牛乳		サンドイッチバンズ	477 19.8
		コーンチャウダー	牛乳・ショルダーベーコン・チーズ	たまねぎ・スイートコーン・にんじん・パセリ	じゃがいも・ベシャメルソースの素 生クリーム・バター	
		キャロットサラダ		にんじん・キャベツ・きゅうり	フレンチドレッシング	
		照り焼きチキンバーガー	とり肉		砂糖	
3	水	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	560 18.6
		ハヤシライス	ぶた肉	たまねぎ・にんじん・トマトピューレー	じゃがいも・ハヤシルウ	
		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	ごまドレッシング	
		パインアップル		パインアップル		
4	木	クロロール・飲用牛乳	飲用牛乳		クロロール	461 20.1
		パスタスープ	とり肉・ショルダーベーコン	たまねぎ・にんじん・パセリ	マカロニ	
		ジャーマンポテト	ウインナー	たまねぎ・スイートコーン・パセリ	じゃがいも・オリーブ油	
		たらナゲット	すけとうだら		小麦粉・とうもろこしでん粉・米粉・ラード じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉 なたね油・米ぬか油	
5	金	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	551 19.4
		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	
		おひたし		キャベツ・もやし・にんじん・ほうれんそう	砂糖	
		コロッケ		たまねぎ	小麦粉・米粉・じゃがいも・砂糖 大豆油・米ぬか油	
8	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	517 22.9
		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	
		ゆかりあえ		キャベツ・もやし・きゅうり・しそ（粉）	砂糖	
		さばの煮つけ	さば	しょうが	砂糖	
9	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	540 20.1
		豆乳のバランスみそ汁	豆腐・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		
		和風サラダ・◇和風ドレッシング		キャベツ・もやし・きゅうり・にんじん	和風ドレッシング	
		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	
10	水	米粉パン・飲用牛乳	飲用牛乳		米粉パン	542 23.6
		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	
		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・コーンスターチ・米でん粉 キャッサバでん粉・ラード	
11	木	ごはん・飲用牛乳　たべまるのおすすめ	飲用牛乳		ごはん	515 22.3
		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	とり肉（蒸）	キャベツ・もやし・きゅうり・しょうが	砂糖・ごま	
		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	
12	金	ツイストパン・飲用牛乳	飲用牛乳		ツイストパン	522 21.4
		ポークビーンズ	大豆・ぶた肉・ベーコン	たまねぎ・にんじん・グリンピース	じゃがいも・砂糖	
		コーンコールスローサラダ		キャベツ・スイートコーン・きゅうり	コールスロードレッシング	
		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・米ぬか油	
15	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	496 23.0
		じゃがいものみそ汁	豆腐・豆みそ・油揚げ・けずりぶし・わかめ	たまねぎ・根深ねぎ	じゃがいも	
		大豆の甘辛炒め	ぶた肉・大豆	たまねぎ・にんじん・えだまめ しょうが・にんにく	砂糖・じゃがいもでん粉・ごま油	
		はんぺん	きんときだい・たら・いとよりだい たちうお・かつおぶし	キャベツ	じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉 砂糖・米ぬか油	
16	火	ごはん・飲用牛乳　花見献立	飲用牛乳		ごはん	505 21.0
		かしわ汁	とり肉・けずりぶし	だいこん・にんじん・根深ねぎ		
		ちらしずし	ちくわ・油揚げ	にんじん・れんこん・たけのこ・かんぴょう	砂糖	
		いわしの梅煮	いわし	梅干し	じゃがいもでん粉・砂糖	
17	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	608 21.4
		うどん汁	ぶた肉・油揚げ・かまぼこ・けずりぶし	だいこん・にんじん・ごぼう・根深ねぎ	うどん	
		ひじきとマカロニのサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング	まぐろ（油漬）・ひじき	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	
		さくらえびのかき揚げ	さくらえび	たまねぎ・みつば	小麦粉・米ぬか油	
		コーヒー牛乳の素			コーヒー牛乳の素	
18	木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	471 21.3
		豆腐の中華煮	豆腐・ぶた肉・えび	はくさい・たまねぎ・にんじん	じゃがいもでん粉・砂糖・ごま油	
		拌三絲（バンサンスー）		キャベツ・きゅうり・にんじん	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 とうもろこし	小麦粉・砂糖・ラード	
		乾燥小魚	いわし		キャッサバでん粉・砂糖	

2024年度　4月　　給食献立一覧表　　献立Ｂ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
19	金	スライスパン・飲用牛乳	飲用牛乳		スライスパン	521 20.9
		春キャベツのポタージュ	牛乳・ショルダーベーコン・脱脂粉乳・チーズ	たまねぎ・キャベツ・にんじん・スイートコーン	ベシャメルソースの素・生クリーム・バター	
		ビーンズマセドアン	大豆	にんじん・きゅうり	じゃがいも・フレンチドレッシング	
		たらフライ・◆ウスターソース	すけとうだら		小麦粉・コーンスターチ・米ぬか油	
		いちごジャム		いちごジャム		
22	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	512 21.1
		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	
		ひじきの炒め煮	大豆・ひじき・けずりぶし	にんじん	じゃがいも・砂糖・米ぬか油	
		ミンチカツ	大豆・ぶた肉	たまねぎ	小麦粉・とうもろこしでん粉 じゃがいもでん粉・砂糖・なたね油・米ぬか油	
23	火	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	595 19.4
		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	
		ミックスフルーツ		パインアップル・黄桃・みかん		
24	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	504 21.0
		とり肉と野菜のうま煮	とり肉・はんぺん・けずりぶし	たまねぎ・にんじん・グリンピース	じゃがいも・砂糖	
		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	
25	木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	520 16.8
		中華炒め	ぶた肉	たまねぎ・はくさい・にんじん・チンゲンサイ たけのこ・しょうが	じゃがいもでん粉	
		中華風酢の物	とり肉（蒸）	キャベツ・きゅうり・にんじん	砂糖・はるさめ・ごま・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・はるさめ・大豆油 ショートニング・ラード・米ぬか油	
26	金	ごはん・飲用牛乳　入園・進級祝い献立	飲用牛乳		ごはん	499 17.6
		花ふのすまし汁	豆腐・かまぼこ・けずりぶし	にんじん・しめじ・みつば	花ふ	
		れんこんサラダ		キャベツ・れんこん・きゅうり・スイートコーン	ごまドレッシング・ごま・砂糖	
		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	
		いちごゼリー（豆乳クリーム添え）		いちごゼリー（豆乳クリーム添え）		
30	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	503 20.4
		あおさ汁	豆腐・ミックスみそ・油揚げ・けずりぶし あおさ	にんじん・根深ねぎ		
		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	
		レバーとじゃがいもの甘辛煮	とり肉・とりレバー		コーンスターチ・じゃがいも じゃがいもでん粉・米ぬか油・砂糖	

4月の目標「楽しく給食を食べよう」

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
- キャベツ
- たまねぎ

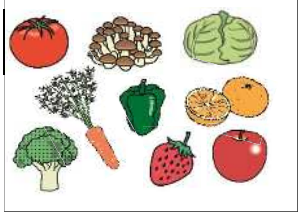
献立一覧表では、食品を体内での働きによって３つのグループに分けています。

おもに体をつくるもとになる食品

たんぱく質・無機質（カルシウム）を多くふくむ食品

おも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ふくむ食品



おもにエネルギーのもとになる食品

炭水化物・脂質を多くふくむ食品

普段の食事も、３つのグループの食品をバランスよく組み合わせて食べましょう。

＜今月の季節の食材＞

キャベツ

たけのこ

さくらえび

※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。
普段の食事で不足しがちなカルシウムは、成長期に特に必要な栄養素で、およそ1/2を摂取できるようにしています。

入園・進級祝い献立 26日（金）

- いか香味揚げ
- れんこんサラダ
- 花ふのすまし汁
- いちごゼリー（豆乳クリーム添え）

花見献立 16日（火）

- 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、11日（木）の【ごま酢あえ】まる。
作り方や写真は、豊田市ホームページのトップページ「クックパッド公式キッチン」をクリックするまる。
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

※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。

2024年度　5月　　給食献立一覧表　　献立Ｂ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
1	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	529 19.7
		家常豆腐（ジャーチャンドウフ）	生揚げ・ぶた肉・豆みそ	たまねぎ・にんじん・根深ねぎ・しょうが	砂糖・じゃがいもでん粉	
		華風あえ		キャベツ・もやし・きゅうり	はるさめ・砂糖・ごま油	
		大学いも			さつまいも・米ぬか油・砂糖	
2	木	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	503 19.8
		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		
		ごぼうサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング	とり肉（蒸）	キャベツ・ごぼう・きゅうり	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	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	499 21.7
		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		
		和風サラダ・◇和風ドレッシング	まぐろ（油漬）	キャベツ・きゅうり	砂糖・和風ドレッシング	
		肉だんご	大豆・とり肉	たまねぎ	小麦粉・とうもろこしでん粉 キャッサバでん粉・砂糖・なたね油・ごま	
		乾燥小魚	いわし		キャッサバでん粉・砂糖	
8	水	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	580 22.0
		ハヤシライス	ぶた肉	たまねぎ・にんじん・トマト・グリンピース	じゃがいも・ハヤシルウ	
		ビーンズサラダ	大豆	キャベツ・にんじん・きゅうり	コールスロードレッシング	
		オムレツ	鶏卵		キャッサバでん粉・砂糖・なたね油	
9	木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	509 19.4
		かしわ汁	とり肉・けずりぶし	だいこん・にんじん・根深ねぎ		
		ゆかりあえ		キャベツ・きゅうり・もやし にんじん・しそ（粉）	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 とうもろこし油・米ぬか油	
10	金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	572 22.8
		生揚げと野菜のうま煮	生揚げ・ぶた肉・けずりぶし	たまねぎ・にんじん・しいたけ	じゃがいも・砂糖	
		わかめの酢の物	わかめ	キャベツ・きゅうり	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	
13	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	525 22.3
		麦みそ汁	豆腐・麦みそ・油揚げ・けずりぶし	たまねぎ・だいこん・にんじん		
		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・さやいんげん	じゃがいも・砂糖	
		納豆あえ	納豆・チーズ	パセリ	砂糖	
14	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	489 19.0
		かきたま汁	豆腐・鶏卵・とり肉・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	
		ほうれんそうのあえもの		キャベツ・もやし・ほうれんそう・にんじん	砂糖	
		ししゃもフライ・◆ウスターソース	大豆・からふとししゃも		小麦粉・キャッサバでん粉・米ぬか油	
		コーヒー牛乳の素			コーヒー牛乳の素	
15	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	565 14.3
		はるさめスープ	とり肉	にんじん・たけのこ・根深ねぎ	はるさめ・じゃがいもでん粉	
		うま塩キャベツ		キャベツ・きゅうり・にんじん 切干しだいこん・にんにく	ごま・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	
		いちごゼリー（豆乳クリーム添え）		いちごゼリー（豆乳クリーム添え）		
16	木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	558 23.8
		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・さやいんげん	じゃがいも・砂糖・じゃがいもでん粉	
		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	
17	金	スライスパン・飲用牛乳	飲用牛乳		スライスパン	482 19.7
		大麦と野菜のスープ	とり肉・ベーコン	たまねぎ・キャベツ・にんじん・パセリ	押麦・米ぬか油	
		チーズサラダ	チーズ	キャベツ・きゅうり・にんじん	フレンチドレッシング	
		えびカツ	大豆・えび・すけとうだら	たまねぎ	小麦粉・とうもろこしでん粉・なたね油 じゃがいもでん粉・米ぬか油	
		メープルジャム			メープルジャム	
20	月	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	546 22.6
		とよたひまわりポーク丼	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	
		たくあんあえ　豊田ブランドの日		キャベツ・たくあん漬・きゅうり	ごま・砂糖	
		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	
		抹茶水ようかん			抹茶水ようかん	
21	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	500 18.1
		八宝菜	ぶた肉・いか	たまねぎ・はくさい・にんじん チンゲンサイ・もやし・たけのこ	じゃがいもでん粉	
		拌三絲（バンサンスー）		キャベツ・きゅうり・にんじん	はるさめ・砂糖・ごま油	
		野菜入りしゅうまい（２個）	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	
22	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	522 22.2
		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	
		糸切昆布の炒め煮	ぶた肉・こんぶ・けずりぶし	にんじん	じゃがいも・砂糖・ごま油・米ぬか油	
		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	

2024年度　5月　　給食献立一覧表　　献立Ｂ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
23	木	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	536 21.3
		あおさ汁	豆腐・ミックスみそ・油揚げ けずりぶし・あおさ	にんじん・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	
		レバーとじゃがいもの甘辛煮	とり肉・とりレバー		とうもろこしでん粉・じゃがいも じゃがいもでん粉・米ぬか油・砂糖	
24	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	479 18.9
		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	じゃがいも・ベシャメルソースの素 生クリーム・バター	
		アスパラサラダ		キャベツ・アスパラガス・スイートコーン	コールスロードレッシング	
		スラッピージョー	ぶた肉	たまねぎ・にんじん・グリンピース トマトピューレー	小麦粉・砂糖・米ぬか油	
27	月	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	501 17.0
		けんちん汁	豆腐・けずりぶし	だいこん・にんじん・根深ねぎ・ごぼう		
		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	
		あじフリッター	あじ・おきあみ・あおさ		小麦粉・コーンスターチ・米粉 砂糖・大豆油・米ぬか油	
28	火	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	542 20.9
		親子煮	鶏卵・とり肉・けずりぶし	たまねぎ・にんじん	じゃがいも・砂糖	
		おひたし	油揚げ	キャベツ・もやし・ほうれんそう・にんじん	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	
29	水	**米粉パン・飲用牛乳**	飲用牛乳		米粉パン	559 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		黄桃・パインアップル・みかん		
		ショウロンポウ	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	
30	木	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	536 19.6
		わかめスープ	豆腐・ショルダーベーコン・わかめ	たまねぎ・にんじん		
		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	
		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	
31	金	**ツイストパン・飲用牛乳**	飲用牛乳		ツイストパン	484 19.2
		豆乳のカレースープ	豆乳・とり肉	たまねぎ・にんじん・グリンピース	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	フレンチドレッシング	
		ウインナー	ウインナー			

5月の目標「すききらいなく食べよう」

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」
　・・・納豆、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」
●にんじん　●だいこん　●キャベツ
●じゃがいも　●たまねぎ
●しいたけ
●茶・・・抹茶水ようかん

5月５日はこどもの日

２日（木）こどもの日献立

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。

・かつおのそぼろ丼・若竹汁

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です。

20日（月）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。**

●とよたひまわりポーク丼 …米（大地の風）・ぶた肉（とよたひまわりポーク）
　たまねぎ、にんじん
●たくあんあえ…キャベツ
●抹茶水ようかん…茶

今月の季節の食材

きびなご

かつお

じゃがいも

たまねぎ

みつば

わかめ

アスパラガス

たべまるのおすすめ

今月は、小中学校の【ジャージャーめん】まる。
作り方や写真は、豊田市ホームページのトップページ
「クックパッド公式キッチン」をクリックするまる。
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

※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。

2024年度　6月　　給食献立一覧表　　献立Ｂ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
3	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	535 19.1
		肉だんごの酢豚風	肉だんご	たまねぎ・にんじん・たけのこ・ピーマン	砂糖・じゃがいもでん粉・米ぬか油	
		中華あえ		キャベツ・もやし・きゅうり・にんじん	砂糖・ごま油	
		小えびのから揚げ	大豆・えび	とうもろこし	小麦粉・じゃがいもでん粉・パーム油・米ぬか油	
4	火	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	534 23.3
		筑前煮	とり肉・はんぺん・けずりぶし	にんじん・こんにゃく・ごぼう・れんこん	砂糖・ごま油・米ぬか油	
		おかかあえ	油揚げ・かつお節	キャベツ・もやし・にんじん・ほうれんそう	砂糖	
		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	
		抹茶ふりかけ			抹茶ふりかけ	
5	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	589 22.9
		花ふのすまし汁	豆腐・かまぼこ・けずりぶし	にんじん・しめじ・みつば	花ふ	
		切干しだいこんとひじきのサラダ ◇和風ドレッシング	まぐろ（油漬）・ひじき	きゅうり・スイートコーン・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	コーンスターチ・米ぬか油・砂糖 じゃがいもでん粉・ごま	
6	木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	514 19.7
		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・さやいんげん	じゃがいも・砂糖・じゃがいもでん粉	
		磯香あえ	のり	キャベツ・もやし・にんじん	砂糖	
		あじフリッター	あじ・おきあみ・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	
7	金	スライスパン・飲用牛乳	飲用牛乳		スライスパン	465 18.9
		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・きゅうり・にんじん・スイートコーン	コールスロードレッシング	
		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・米ぬか油	
		ラ・フランスジャム			ラ・フランスジャム	
10	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	546 24.1
		えびだんご汁	えびだんご・けずりぶし	はくさい・だいこん・にんじん・根深ねぎ		
		きんぴらごぼう	ぶた肉	ごぼう・にんじん	砂糖・米ぬか油・ごま油	
		いわしの梅煮	いわし	梅干し	じゃがいもでん粉・砂糖	
11	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	471 18.6
		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		
		青菜あえ		キャベツ・もやし・にんじん・菜めし粉		
		ししゃもフライ・◆ウスターソース	大豆・からふとししゃも		小麦粉・キャッサバでん粉・米ぬか油	
12	水	小型ロール・飲用牛乳	飲用牛乳		小型ロール	552 23.6
		ミートスパゲティ	ぶた肉	たまねぎ・トマト・にんじん・グリンピース	スパゲティ・米ぬか油	
		コーンサラダ		キャベツ・スイートコーン・きゅうり	フレンチドレッシング	
		いかフライ	大豆・いか		小麦粉・とうもろこしでん粉 キャッサバでん粉・米ぬか油	
13	木	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	516 18.7
		五目スープ	ベーコン	チンゲンサイ・たまねぎ・にんじん・たけのこ	はるさめ・じゃがいもでん粉	
		ビビンバ丼	ぶた肉	もやし・ほうれんそう・にんじん・しょうが	砂糖・ごま油・ごま・米ぬか油	
		えびしゅうまい	えび・すけとうだら	たまねぎ	小麦粉・じゃがいもでん粉・パーム油	
		コーヒー牛乳の素			コーヒー牛乳の素	
14	金	サンドイッチバンズ・飲用牛乳	飲用牛乳		サンドイッチバンズ	499 19.7
		じゃがいものクリーム煮	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・グリンピース	じゃがいも・ベシャメルソースの素 生クリーム・バター	
		キャロットサラダ		にんじん・きゅうり・スイートコーン レモン果汁	オリーブ油・砂糖	
		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	
17	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	518 21.0
		親子煮	鶏卵・とり肉・けずりぶし	たまねぎ・にんじん	じゃがいも・砂糖	
		たくあんあえ		キャベツ・たくあん漬・きゅうり	ごま・砂糖	
		野菜入りはんぺん	すけとうだら・このしろ	にんじん・キャベツ・スイートコーン	じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉 砂糖・大豆油・なたね油	
18	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	520 20.4
		みそ汁	豆腐・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・しいたけ		
		大豆とじゃがいものサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング	大豆	きゅうり・スイートコーン	じゃがいも・マヨネーズ風ドレッシング	
		とよたひまわりポークのしょうが炒め	ぶた肉	たまねぎ・にんじん・しょうが	じゃがいもでん粉・ごま油・米ぬか油	
19	水	ツイストパン・飲用牛乳	飲用牛乳		ツイストパン	523 21.1
		コーンクリームスープ	牛乳・脱脂粉乳・チーズ	スイートコーン・たまねぎ・パセリ	ベシャメルソースの素・生クリーム・バター	
		サワーキャベツ		キャベツ・きゅうり・にんじん・レモン果汁	砂糖	
		とり肉のトマト煮込み	とり肉	たまねぎ・トマト・バジル	砂糖・オリーブ油・じゃがいもでん粉	
20	木	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	537 23.5
		パスタスープ	ベーコン	キャベツ・パセリ	じゃがいも・マカロニ	
		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	
		ドライカレー	ぶた肉	たまねぎ・にんじん・グリンピース	小麦粉	
		乾燥小魚	いわし		キャッサバでん粉・砂糖	

歯と口の健康週間

愛知を食べる学校給食の日

2024年度　6月　　給食献立一覧表　　献立Ｂ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
21	金	米粉パン・飲用牛乳	飲用牛乳		米粉パン	550 20.5
		炒めビーフン　たべまるのおすすめ	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	
		ごぼうサラダ ◇和風ドレッシング		キャベツ・ごぼう・にんじん・スイートコーン	砂糖・和風ドレッシング	
		レモンポンチ		パインアップル・黄桃・みかん・レモン果汁		
24	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	524 18.7
		けんちん汁	豆腐・けずりぶし	だいこん・にんじん・根深ねぎ・ごぼう		
		えだまめサラダ・◇和風ドレッシング		キャベツ・えだまめ・きゅうり	和風ドレッシング	
		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・とうもろこし油 米ぬか油	
25	火	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	560 20.1
		中華飯	ぶた肉・いか	たまねぎ・はくさい・にんじん もやし・チンゲンサイ	じゃがいもでん粉	
		棒々鶏（バンバンジー） ◇棒々鶏ソース	とり肉（蒸）	キャベツ・きゅうり		
		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	
26	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	529 19.6
		かしわ汁	とり肉・けずりぶし	だいこん・にんじん・根深ねぎ		
		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	
		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	
27	木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	526 19.4
		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	
		おひたし	油揚げ	キャベツ・もやし・にんじん	砂糖	
		めひかりフライ	めひかり		小麦粉・米ぬか油	
28	金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	487 17.8
		ワンタンスープ		チンゲンサイ・たけのこ	ワンタン皮	
		わかめサラダ	まぐろ（油漬）・わかめ	キャベツ・きゅうり・にんじん	ごまドレッシング・砂糖	
		とり肉とごぼうの甘酢煮	とり肉	ごぼう・しょうが	砂糖・ごま油	

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
- ●ぶた肉　「とよたひまわりポーク」
- ●にんじん　●だいこん　●キャベツ
- ●じゃがいも　●たまねぎ　●きゅうり
- ●しいたけ
- ●茶…抹茶ふりかけ

今月の季節の食材

あじ

かつお

さやいんげん

じゃがいも

チンゲンサイ

たまねぎ

18日（火）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
とよたひまわりポークのしょうが炒め
大豆とじゃがいものサラダ
みそ汁

4日～10日
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。

たべまるのおすすめ

今月は、21日（金）の　【レモンポンチ】まる。
作り方や写真は、豊田市ホームページのトップページ
「クックパッド公式キッチン」をクリックするまる。
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。

2024年度　7月　　給食献立一覧表　　献立Ｂ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
1	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	544 20.0
		豆乳のバランスみそ汁	豆腐・豆乳・米みそ・油揚げ・けずりぶし	だいこん・にんじん	じゃがいも	
		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	
		たらフリッター（２個）	おきあみ・すけとうだら・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	
2	火	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	560 20.3
		豚丼	ぶた肉	たまねぎ・しらたき・にんじん・しょうが	砂糖	
		塩こうじあえ		キャベツ・きゅうり・にんじん		
		えだまめコロッケ	大豆	えだまめ・たまねぎ	小麦粉・とうもろこしでん粉・じゃがいも 砂糖・なたね油・米ぬか油	
3	水	米粉パン・飲用牛乳	飲用牛乳		米粉パン	541 20.9
		炒めビーフン	はんぺん・ぶた肉	キャベツ・にんじん	ビーフン・砂糖・米ぬか油	
		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・ごま・砂糖	
		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	
4	木	ごはん・飲用牛乳　七夕献立	飲用牛乳		ごはん	505 20.2
		天の川汁	とり肉・けずりぶし	とうがん・にんじん・オクラ	ビーフン	
		星のチーズサラダ ◇和風ドレッシング	チーズ	キャベツ・きゅうり・にんじん	和風ドレッシング	
		ハンバーグのおろしソースかけ	大豆・とり肉・ぶた肉	たまねぎ・だいこん	とうもろこしでん粉・キャッサバでん粉 ラード・砂糖・米ぬか油	
		七夕ゼリー			七夕ゼリー	
5	金	スライスパン・飲用牛乳	飲用牛乳		スライスパン	451 16.8
		とうがんとベーコンのクリームスープ	牛乳・大豆・ベーコン・脱脂粉乳・チーズ	とうがん・たまねぎ・しめじ・パセリ	生クリーム・上新粉	
		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	
		ウインナー	ウインナー			
		ブルーベリージャム		ブルーベリージャム		
8	月	ごはん・飲用牛乳　たべまるのおすすめ	飲用牛乳		ごはん	535 19.5
		かみなり汁	豆腐・けずりぶし	だいこん・にんじん・根深ねぎ・ごぼう	ごま油	
		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	
		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	
9	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	530 20.0
		じゃがいものそぼろ煮	ぶた肉・けずりぶし	たまねぎ・にんじん	じゃがいも・砂糖	
		甘酢あえ		キャベツ・きゅうり・にんじん	砂糖	
		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	
10	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	549 15.2
		はるさめスープ	ベーコン	にんじん・たけのこ・根深ねぎ	はるさめ・じゃがいもでん粉	
		ナムル	とり肉（蒸）	もやし・チンゲンサイ・きゅうり・にんじん	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	
		コーヒー牛乳の素			コーヒー牛乳の素	
11	木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	522 21.7
		もずくスープ	とり肉・かまぼこ・もずく	たまねぎ・にんじん・根深ねぎ		
		ゴーヤチャンプルー	豆腐・鶏卵・ベーコン・かつお節	にがうり・もやし・にんじん	ごま油	
		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	
12	金	ツイストパン・飲用牛乳	飲用牛乳		ツイストパン	501 17.9
		なすとペンネのトマト煮	ぶた肉	たまねぎ・なす・にんじん トマトピューレー・グリンピース	マカロニ・砂糖・米ぬか油	
		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	コールスロードレッシング	
		冷凍みかん（生）		みかん（生）		
16	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	537 20.7
		親子煮	鶏卵・とり肉・けずりぶし	たまねぎ・にんじん・グリンピース	じゃがいも・砂糖	
		おひたし		キャベツ・もやし・ほうれんそう・にんじん	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	
17	水	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	506 18.0
		五目スープ	豆腐	たまねぎ・もやし・チンゲンサイ・にんじん	じゃがいもでん粉	
		チャーハン	ぶた肉	たくあん漬・にんじん・根深ねぎ	ごま油	
		ショウロンポウ	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	
18	木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	593 20.6
		夏野菜のごまみそ汁	ミックスみそ・豆乳・けずりぶし	たまねぎ・なす・にんじん・オクラ	じゃがいも・ごま	
		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・スイートコーン	マヨネーズ風ドレッシング	
		レバーとかぼちゃの甘辛煮	とり肉・とりレバー	かぼちゃ	コーンスターチ・じゃがいもでん粉 米ぬか油・砂糖	
19	金	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	656 22.8
		チキンカレー	とり肉・ヨーグルト・チーズ	たまねぎ・にんじん・パセリ	じゃがいも・カレールウ（甘口）・米ぬか油	
		コールスローサラダ	ウインナー	キャベツ・きゅうり	コールスロードレッシング	
		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	

2024年度　7月　　給食献立一覧表　　献立Ｂ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
22	月	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	549 21.6
		みそ汁	豆腐・麦みそ・油揚げ・けずりぶし・わかめ	たまねぎ・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	
		ほっけフライ ◆ウスターソース	ほっけ		小麦粉・米ぬか油	
23	火	**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	498 20.7
		ポタージュ	牛乳・とり肉・脱脂粉乳・チーズ	たまねぎ・にんじん・グリンピース・パセリ	じゃがいも・生クリーム・上新粉・バター	
		サラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング		キャベツ・にんじん・きゅうり	マヨネーズ風ドレッシング	
		ハンバーグドッグ ◇中濃ソース	牛肉・とり肉・ぶた肉	たまねぎ	小麦粉・じゃがいもでん粉・砂糖・米ぬか油	
24	水	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	530 17.1
		ウインナーの酢豚風	ウインナー	たまねぎ・にんじん・たけのこ・ピーマン	砂糖・じゃがいもでん粉・米ぬか油	
		華風あえ		キャベツ・もやし・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 とうもろこし	小麦粉・砂糖・ラード	
25	木	**クロロール・飲用牛乳**	飲用牛乳		クロロール	491 18.8
		大麦と野菜のスープ	とり肉・ベーコン	たまねぎ・キャベツ・にんじん・パセリ	押麦・米ぬか油	
		マセドアンサラダ		きゅうり・にんじん・スイートコーン	じゃがいも・コールスロードレッシング	
		えびカツ	大豆・えび・すけとうだら	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	
		コーヒー牛乳の素			コーヒー牛乳の素	
26	金	**麦ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		麦ごはん	483 18.5
		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		
		フルーツゼリーミックス		みかん・パインアップル・黄桃	カクテルゼリー	
		三色丼	ぶた肉・凍り豆腐	スイートコーン・にんじん・グリンピース	砂糖・米ぬか油	
29	月	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	513 16.6
		ふだま汁	豆腐・けずりぶし	にんじん・根深ねぎ・しめじ	豆玉ふ	
		糸切昆布の炒め煮	はんぺん・こんぶ・けずりぶし	にんじん	じゃがいも・砂糖・ごま油・米ぬか油	
		かぼちゃひき肉フライ	大豆・ぶた肉	かぼちゃ・たまねぎ	小麦粉・とうもろこしでん粉・キャッサバでん粉 砂糖・なたね油・パーム油・ラード・米ぬか油	
30	火	**ツイストパン・飲用牛乳**	飲用牛乳		ツイストパン	546 21.7
		ポークビーンズ	大豆・ぶた肉・ベーコン	たまねぎ・にんじん・グリンピース	じゃがいも・砂糖	
		パインアップル		パインアップル		
		チキンナゲット	大豆・とり肉	にんにく	小麦粉・コーンスターチ・コーングリッツ なたね油・パーム油・ラード・米ぬか油	
31	水	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	473 18.7
		中華風コーンスープ	とり肉・かまぼこ	たまねぎ・スイートコーン・チンゲンサイ	じゃがいもでん粉	
		拌三絲（バンサンスー）		キャベツ・きゅうり・にんじん	はるさめ・砂糖・ごま油	
		なすのみそ炒め	ぶた肉・豆みそ	たまねぎ・なす・ピーマン	砂糖・じゃがいもでん粉・ごま油	

7月の目標「暑さに負けない食事をしよう」

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
●じゃがいも　●にんじん　●たまねぎ
●オクラ　●なす

4日（木）　七夕献立

7月7日は七夕です。
七夕という風習は、奈良時代に中国から日本へ伝わりました。
初めは宮中行事でしたが、江戸時代に願い事を書いた短冊を色とりどりの飾りとともに笹に飾る風習が庶民の間に広まりました。

ビーフンを天の川に、オクラを星に見立てた「天の川汁」と星型のチーズが入った「星のチーズサラダ」、「七夕ゼリー」が登場します。

〈今月の季節の食材〉

とうがん

にがうり

なす

きゅうり

かぼちゃ

オクラ

ピーマン

たべまるのおすすめ

今月は、8日（月）の【かみなり汁】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。

2024年度　8月　　給食献立一覧表　　保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
1	木	**サンドイッチバンズ・飲用牛乳**	飲用牛乳		サンドイッチバンズ	507 21.5
		パスタスープ	とり肉	たまねぎ・キャベツ・にんじん・パセリ	マカロニ・米ぬか油	
		ジャーマンポテト	ウインナー	たまねぎ・スイートコーン	じゃがいも・オリーブ油	
		ハンバーガー **◇中濃ソース**	牛肉・とり肉・ぶた肉	たまねぎ	小麦粉・じゃがいもでん粉 砂糖・米ぬか油	
2	金	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	507 20.5
		かぼちゃのみそ汁	豆腐・米みそ・油揚げ けずりぶし・わかめ	かぼちゃ・たまねぎ		
		ひじきの炒め煮	大豆・はんぺん・ひじき・けずりぶし	にんじん	じゃがいも・砂糖・米ぬか油	
		たらフライ **◆ウスターソース**	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	
5	月	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	501 16.4
		豆腐とチンゲンサイのスープ	豆腐・ショルダーベーコン	チンゲンサイ・もやし	じゃがいもでん粉	
		野菜たっぷり糸こんチャプチェ	ぶた肉	しらたき・にんじん・ごぼう・ピーマン	砂糖・ごま・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	
6	火	**スライスパン・飲用牛乳**	飲用牛乳		スライスパン	488 19.5
		コーンクリームスープ	牛乳・脱脂粉乳・チーズ	スイートコーン・たまねぎ・パセリ	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・にんじん	コールスロードレッシング	
		スラッピージョー	ぶた肉	たまねぎ・にんじん グリンピース・トマト	小麦粉・砂糖・米ぬか油	
7	水	**麦ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		麦ごはん	615 19.2
		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・カレールウ（甘口・辛口）	
		パインゼリーミックス		パインアップル	カクテルゼリー	
		たらナゲット	すけとうだら		小麦粉・とうもろこしでん粉・米粉 じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉 なたね油・ラード・米ぬか油	
8	木	**クロロール・飲用牛乳**	飲用牛乳		クロロール	536 21.3
		豆^{5}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	
		ひじきとベーコンの炒めもの	ベーコン・ひじき	たまねぎ・にんじん・ごぼう	オリーブ油	
		ミンチカツ	大豆・ぶた肉	たまねぎ	小麦粉・とうもろこしでん粉・米ぬか油 じゃがいもでん粉・砂糖・なたね油	
9	金	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	485 22.9
		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		
		和風サラダ	まぐろ（油漬）	キャベツ・きゅうり	ごまドレッシング・ごま・砂糖	
		豚肉のしょうが焼き	ぶた肉	たまねぎ・しょうが	じゃがいもでん粉・米ぬか油	
		乾燥小魚	いわし		キャッサバでん粉・砂糖	
19	月	**麦ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		麦ごはん	510 22.1
		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		キャベツ・ほうれんそう・もやし・にんじん	砂糖・ごま	
		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	
20	火	**ミルクロール・飲用牛乳**	飲用牛乳		ミルクロール	525 19.3
		ペンネのトマト煮	ぶた肉	たまねぎ・トマト・にんじん・グリンピース	マカロニ・砂糖・米ぬか油	
		コーンサラダ		キャベツ・スイートコーン・きゅうり	コーンクリーミードレッシング	
		チキンナゲット	大豆・とり肉	にんにく	小麦粉・コーンスターチ・コーングリッツ なたね油・パーム油・ラード・米ぬか油	
		コーヒー牛乳の素			コーヒー牛乳の素	
21	水	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	488 22.2
		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		
		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	じゃがいもでん粉・砂糖	
22	木	**ツイストパン・飲用牛乳**	飲用牛乳		ツイストパン	486 18.7
		大麦と野菜のスープ	とり肉・ベーコン	たまねぎ・にんじん・パセリ	じゃがいも・押麦・米ぬか油	
		ミックスフルーツ		パインアップル・黄桃		
		えびカツ	大豆・えび・すけとうだら	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	
23	金	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	514 20.0
		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	
		磯香あえ	のり	キャベツ・もやし・にんじん	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	
26	月	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	535 20.9
		みそ汁	豆腐・ミックスみそ・油揚げ けずりぶし・わかめ	たまねぎ・根深ねぎ	じゃがいも	
		えだまめサラダ **◇和風ドレッシング**		キャベツ・えだまめ・スイートコーン	和風ドレッシング	
		とり肉のレモンしょうゆかけ	とり肉	レモン果汁	コーンスターチ・米ぬか油・砂糖	
27	火	**小型ロール・飲用牛乳**	飲用牛乳		小型ロール	520 21.1
		ポークビーンズ	大豆・ぶた肉・ベーコン	たまねぎ・にんじん・グリンピース	じゃがいも・砂糖	
		キャベツのごまマヨサラダ **◇マヨネーズ風ドレッシング**		キャベツ・きゅうり・スイートコーン	ごま・マヨネーズ風ドレッシング	
		あじフリッター	あじ・おきあみ・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	

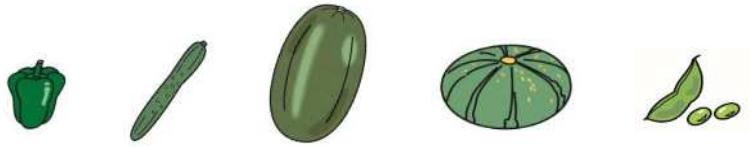
2024年度　8月　　給食献立一覧表　　保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
28	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	477 19.4
		麻婆豆腐	豆腐・ぶた肉・豆みそ	たまねぎ・にんじん・根深ねぎ・しょうが	じゃがいもでん粉・砂糖・ごま油	
		華風あえ		もやし・きゅうり・チンゲンサイ	はるさめ・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	
29	木	米粉パン・飲用牛乳	飲用牛乳		米粉パン	518 21.9
		とうがんとベーコンの クリームスープ	牛乳・大豆・ベーコン・脱脂粉乳・チーズ	とうがん・たまねぎ・しめじ・パセリ	生クリーム・上新粉	
		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・ごま・砂糖	
		ウインナー	ウインナー			
30	金	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	519 16.6
		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 にんじん・レモン果汁	砂糖	
		冷凍みかん(生)		みかん（生）		

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

＜今月の季節の食材＞



ピーマン　きゅうり　とうがん　かぼちゃ　えだまめ

夏の食生活のポイント

いよいよ夏本番をむかえます。夏バテや熱中症に注意が必要です。
朝ごはんをしっかり食べて、こまめな水分補給を心がけましょう。

朝・昼・夕の３食を欠かさず食べる

特に朝ごはんは重要です。
早寝・早起きの規則正しい生活を心がけましょう。

旬の野菜や果物を食べる

夏が旬の野菜は、体の余分な熱を冷ます働きがあります。

冷たいものをとりすぎない

胃腸が冷えて食欲が落ちる原因になります。
甘い清涼飲料水のとりすぎにも気をつけましょう。

おやつはダラダラ食べない

食事が食べられなくならないように、時間と量を考えましょう。

※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。

2024年度　9月　　給食献立一覧表　　献立Ｂ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
2	月	ごはん・飲用牛乳　防災の日献立	飲用牛乳		ごはん	533 17.6
		みそ汁（備蓄用）	豆みそ・凍り豆腐・米みそ・油揚げ	切干しだいこん・みつば		
		じゃがいもと大豆のサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング	大豆	にんじん・きゅうり	じゃがいも・マヨネーズ風ドレッシング	
		ツナそぼろ丼	まぐろ（油漬）	スイートコーン・グリンピース	砂糖・ごま	
		野菜ゼリー		野菜ゼリー		
3	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	584 20.0
		豆腐の中華煮	豆腐・ぶた肉・えび	はくさい・たまねぎ・にんじん	じゃがいもでん粉・砂糖・ごま油	
		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	
		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	
4	水	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	560 20.3
		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	
		キャベツの昆布あえ	こんぶ	キャベツ・もやし・にんじん	砂糖	
		さといもコロッケ	大豆・とり肉		小麦粉・とうもろこしでん粉・さといも 砂糖・なたね油・米ぬか油	
5	木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	527 22.6
		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	
		和風サラダ・◇和風ドレッシング	まぐろ（油漬）	キャベツ・きゅうり・スイートコーン	砂糖・和風ドレッシング	
		大豆の甘辛炒め	ぶた肉・大豆・青大豆	たまねぎ・にんじん・しょうが・にんにく	砂糖・じゃがいもでん粉・ごま油	
6	金	クロロール・飲用牛乳	飲用牛乳		クロロール	460 18.8
		コーンポタージュ	牛乳・とり肉・脱脂粉乳・チーズ	たまねぎ・にんじん・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・バター	
		コールスローサラダ		キャベツ・にんじん・きゅうり	コールスロードレッシング	
		ウインナー	ウインナー			
9	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	479 17.4
		八宝菜	ぶた肉・いか	たまねぎ・はくさい・もやし・にんじん チンゲンサイ	じゃがいもでん粉	
		拌三絲（バンサンスー）		キャベツ・きゅうり・にんじん	はるさめ・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	
10	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	474 17.7
		とうがん汁	油揚げ・けずりぶし	とうがん・にんじん・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	
		ししゃもフライ・◆ウスターソース	大豆・からふとししゃも		小麦粉・キャッサバでん粉・米ぬか油	
11	水	小型ロール・飲用牛乳	飲用牛乳		小型ロール	515 20.5
		ミートスパゲティ	ぶた肉	たまねぎ・トマト・にんじん・グリンピース	スパゲティ・米ぬか油	
		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	
		たらナゲット	すけとうだら		小麦粉・とうもろこしでん粉・米粉 じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉 なたね油・ラード・米ぬか油	
12	木	麦ごはん・飲用牛乳　たべまるのおすすめ	飲用牛乳		麦ごはん	585 19.3
		夏野菜のカレーライス	ぶた肉・チーズ・脱脂粉乳	たまねぎ・なす・かぼちゃ・にんじん・ピーマン	カレールウ（甘口・辛口）・米ぬか油	
		いかサラダ	いか	キャベツ・きゅうり	ごまドレッシング	
		なしポンチ		パインアップル・なし（生）・黄桃		
13	金	ツイストパン・飲用牛乳	飲用牛乳		ツイストパン	485 20.8
		オニオンスープ	とり肉・ショルダーベーコン	たまねぎ・にんじん・パセリ	じゃがいもでん粉	
		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	フレンチドレッシング	
		ハンバーグ ◇中濃ソース（ハンバーグ用）	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・米ぬか油	
		コーヒー牛乳の素			コーヒー牛乳の素	
17	火	ごはん・飲用牛乳　月見献立	飲用牛乳		ごはん	518 22.0
		のっぺい汁	ちくわ・油揚げ・けずりぶし・こんぶ	だいこん・こんにゃく・にんじん ごぼう・根深ねぎ	さといも・じゃがいもでん粉・ごま油	
		とり肉とキャベツのおひたし	とり肉（蒸）	キャベツ・もやし	砂糖	
		いわしの梅煮	いわし	梅干し	じゃがいもでん粉・砂糖	
		月見ゼリー		月見ゼリー		
18	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	530 22.4
		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	
		厚焼き卵	鶏卵・かつおだし・こんぶだし		キャッサバでん粉・砂糖・大豆油・なたね油	
19	木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	536 20.7
		肉だんごと野菜のスープ	肉だんご	はくさい・にんじん・根深ねぎ・しょうが	じゃがいもでん粉	
		切干しだいこんのチャプチェ	ぶた肉	切干しだいこん・にんじん・しいたけ ピーマン・しょうが・にんにく	砂糖・ごま・米ぬか油・ごま油	
		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	

2024年度　9月　　給食献立一覧表　　献立Ｂ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
20	金	**麦ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		麦ごはん	532 19.5
		パスタスープ	ショルダーベーコン	キャベツ・たまねぎ・にんじん・パセリ	じゃがいも・マカロニ	
		チーズサラダ	チーズ	キャベツ・きゅうり	フレンチドレッシング	
		チキンライス	とり肉	たまねぎ・にんじん・グリンピース		
24	火	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	493 22.5
		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	
		筑前煮	とり肉・けずりぶし	こんにゃく・にんじん・ごぼう れんこん・さやいんげん	砂糖・米ぬか油・ごま油	
		さばのみそ煮	豆みそ・さば		砂糖	
25	水	**スライスパン・飲用牛乳**	飲用牛乳		スライスパン	533 19.1
		ラタトゥイユ　豊田ブランドの日	ショルダーベーコン	たまねぎ・かぼちゃ・なす・トマト・にんじん トマトピューレー・ピーマン・ズッキーニ にんにく・パセリ	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	コールスロードレッシング	
		とよたひまわりポーク入りハムサンド	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・米ぬか油	
		ももゼリー		ももゼリー		
26	木	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	545 20.1
		麦みそ汁	豆腐・麦みそ・油揚げ・けずりぶし	にんじん・えのきたけ・根深ねぎ	じゃがいも	
		ゆかりあえ		キャベツ・きゅうり・もやし にんじん・しそ（粉）	砂糖	
		レバーとかぼちゃの甘辛煮	とり肉・とりレバー	かぼちゃ	コーンスターチ・じゃがいもでん粉 米ぬか油・砂糖	
27	金	**米粉パン・飲用牛乳**	飲用牛乳		米粉パン	514 23.7
		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	
		中華あえ	とり肉（蒸）	キャベツ・にんじん・きゅうり	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・とうもろこし	小麦粉・砂糖・ラード	
30	月	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	538 21.2
		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		
		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	
		ささ身大葉梅肉フライ	大豆・とり肉	青じそ・梅干し	小麦粉・とうもろこしでん粉・砂糖 なたね油・米ぬか油	

9月の目標「自然の恵みに感謝しよう」

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
- ●ぶた肉「とよたひまわりポーク」
  - ・・・とよたひまわりポーク入りハム
- ●なす　●なし　●しいたけ
- ●もも・・・ももゼリー

＜今月の季節の食材＞

なし

ピーマン

なす

とうがん

かぼちゃ

2日（月）防災の日献立

１日は「防災の日」です。給食では、災害時に備えた食品を活用した献立を実施します。

17日（火）月見献立

17日は「十五夜」です。
収穫したさといもなどを供えるため「いも名月」とも呼ばれています。
給食では、さといもが入った「のっぺい汁」を実施します。
また、「月見ゼリー」もつきます。

25日（水）豊田ブランドの日

「とよたひまわりポーク入りハムサンド」や「ももゼリー」など豊田市でとれた食材を使用した献立を実施します。

たべまるのおすすめ

今月は、 12日（木）の 【夏野菜のカレーライス】まる。
作り方や写真は、豊田市ホームページのトップページ「クックパッド公式キッチン」をクリックするまる。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。

2024年度　10月　　給食献立一覧表　　献立Ｂ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
1	火	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	563 19.4
		麻婆豆腐	豆腐・ぶた肉・豆みそ	たまねぎ・にんじん・根深ねぎ・しょうが	じゃがいもでん粉・砂糖・ごま油	
		中華あえ		キャベツ・にんじん	香味野菜ドレッシング・はるさめ	
		大学いも（２個）			さつまいも・米ぬか油・砂糖	
2	水	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	543 22.1
		かきたま汁	鶏卵・豆腐・かまぼこ・けずりぶし	えのきたけ	じゃがいもでん粉	
		野菜のねりごまあえ	まぐろ（油漬）	キャベツ・にんじん・もやし	ごま・砂糖	
		とり肉の香味ソースかけ	とり肉	根深ねぎ・しょうが	とうもろこしでん粉・米ぬか油・ごま油・砂糖	
3	木	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	548 23.6
		さといものみそ汁	豆みそ・油揚げ・けずりぶし	だいこん・にんじん・根深ねぎ	さといも	
		五目豆	大豆・ぶた肉・こんぶ・けずりぶし	にんじん・ごぼう	砂糖	
		さばの煮つけ	さば	しょうが	砂糖	
		味付けのり	味付けのり			
4	金	**麦ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		麦ごはん	532 18.2
		パンプキンポタージュ	牛乳・脱脂粉乳・チーズ	かぼちゃ・たまねぎ・パセリ	ベシャメルソースの素・生クリーム・バター	
		チキンサラダ	とり肉（蒸）	キャベツ・にんじん・きゅうり	コールスロードレッシング	
		きんぴらピラフ	ウインナー	たまねぎ・ごぼう・にんじん えだまめ・エリンギ	オリーブ油	
7	月	**麦ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		麦ごはん	471 16.5
		五目スープ	ショルダーベーコン	チンゲンサイ・たまねぎ・にんじん	はるさめ・じゃがいもでん粉	
		チャーハン	ぶた肉	たくあん漬・にんじん・根深ねぎ	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	
8	火	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	490 16.8
		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	
		磯香あえ	のり	キャベツ・もやし・にんじん	砂糖	
		愛知の野菜入り肉だんご	大豆・とり肉・ぶた肉	たまねぎ・れんこん	じゃがいもでん粉・砂糖・なたね油・ラード	
9	水	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	480 16.7
		かしわ汁	とり肉・けずりぶし	だいこん・にんじん・根深ねぎ		
		和風サラダ・◇和風ドレッシング		キャベツ・きゅうり・切干しだいこん	ごま・砂糖・和風ドレッシング	
		ししゃもフライ	大豆・からふとししゃも		小麦粉・キャッサバでん粉・米ぬか油	
10	木	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	568 20.1
		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		
		りっちゃんの元気サラダ	ハム・かつお節・こんぶ	キャベツ・きゅうり・にんじん・スイートコーン	トマトドレッシング・オリーブ油・砂糖	
		レバーとさつまいもの甘辛煮	とり肉・とりレバー		とうもろこしでん粉・さつまいも じゃがいもでん粉・米ぬか油・砂糖	
11	金	**ツイストパン・飲用牛乳**	飲用牛乳		ツイストパン	507 20.9
		ポークビーンズ	大豆・ぶた肉・ショルダーベーコン	たまねぎ・にんじん	じゃがいも・砂糖	
		サワーキャベツ		キャベツ・にんじん・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			
15	火	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	553 20.3
		ちゃんこ汁	肉だんご・ミックスみそ・油揚げ	はくさい・にんじん・だいこん・根深ねぎ	じゃがいもでん粉	
		きんぴらごぼう	ぶた肉・はんぺん	ごぼう・にんじん	砂糖・ごま・米ぬか油・ごま油	
		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	水	**米粉パン・飲用牛乳**	飲用牛乳		米粉パン	525 23.1
		焼きそば	ぶた肉・いか・ちくわ・あおのり	キャベツ・にんじん	中華めん・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	
		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	
17	木	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	548 20.2
		さつまいものみそ汁	麦みそ・豆みそ・けずりぶし	だいこん・にんじん・ごぼう・根深ねぎ	さつまいも	
		きのこごはん	とり肉・油揚げ	しめじ・にんじん・えのきたけ・しいたけ	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 とうもろこし油・米ぬか油	
18	金	**スライスパン・飲用牛乳**	飲用牛乳		スライスパン	482 19.9
		大麦と野菜のスープ	とり肉・ベーコン	たまねぎ・にんじん・キャベツ・パセリ	じゃがいも・押麦・米ぬか油	
		フレンチサラダ		キャベツ・にんじん・スイートコーン レモン果汁	なたね油・砂糖	
		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	
		ラ・フランスジャム			ラ・フランスジャム	
21	月	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	507 19.7
		根菜の煮物	とり肉・はんぺん・けずりぶし	だいこん・にんじん・ごぼう・れんこん	砂糖	
		キャベツのあえもの	油揚げ	キャベツ・もやし・ほうれんそう・にんじん	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	

たべまるのおすすめ

2024年度　10月　　給食献立一覧表　　献立Ｂ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
22	火	**麦ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		麦ごはん	574 18.1
		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	
		ツナサラダ	まぐろ（油漬）	キャベツ・きゅうり	フレンチドレッシング	
		フルーツポンチ		黄桃・パインアップル	カクテルゼリー	
23	水	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	576 20.1
		豆腐の中華煮	豆腐・ぶた肉	はくさい・たまねぎ・にんじん	じゃがいもでん粉・砂糖・ごま油	
		棒々鶏（バンバンジー） ◇棒々鶏ソース	とり肉（蒸）	キャベツ・きゅうり		
		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	
24	木	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	525 19.6
		きのこのみそ汁　豊田ブランドの日	ミックスみそ・油揚げ・けずりぶし	しめじ・根深ねぎ・えのきたけ・しいたけ	じゃがいも	
		とよたチャンプルー	生揚げ・ぶた肉・鶏卵・かつお節	たまねぎ・にんじん	ごま・米ぬか油	
		あじフリッター	あじ・おきあみ・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	
		ブルーベリーゼリー		ブルーベリーゼリー		
25	金	**りんごパン・飲用牛乳**	飲用牛乳		りんごパン	482 16.3
		コーンクリームスープ	牛乳・脱脂粉乳・チーズ	スイートコーン・たまねぎ・パセリ	ベシャメルソースの素・生クリーム	
		コールスローサラダ		キャベツ・にんじん・きゅうり	コールスロードレッシング	
		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・コーングリッツ なたね油・パーム油・ラード・米ぬか油	
28	月	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	518 23.4
		すきやき風煮	焼き豆腐・ぶた肉	はくさい・こんにゃく・根深ねぎ・えのきたけ	生ふ・砂糖	
		おかかあえ	かつお節	キャベツ・にんじん・ほうれんそう	砂糖	
		厚焼き卵	鶏卵・かつおだし・こんぶだし		キャッサバでん粉・砂糖・大豆油・なたね油	
29	火	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	520 18.4
		すまし汁	豆腐・かまぼこ・けずりぶし	にんじん・みつば		
		ひじきサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング	まぐろ（油漬）・ひじき	キャベツ・スイートコーン	マヨネーズ風ドレッシング	
		いかカツ ◆ウスターソース	大豆・いか		小麦粉・とうもろこしでん粉 じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉・砂糖 大豆油・なたね油・パーム油・米ぬか油	
30	水	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	513 18.4
		おでん	生揚げ・ちくわ・けずりぶし・こんぶ	だいこん・こんにゃく	さといも	
		ゆかりあえ		キャベツ・にんじん・きゅうり・しそ（粉）	砂糖	
		肉みそ	ぶた肉・豆みそ		砂糖	
31	木	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	558 19.0
		だいこんと豚肉の煮物	ぶた肉・焼き豆腐・はんぺん・けずりぶし	だいこん・にんじん・しょうが	砂糖・じゃがいもでん粉	
		こまつなのおひたし		キャベツ・こまつな・にんじん	砂糖	
		和風コロッケ	大豆	にんじん・れんこん	小麦粉・米粉・じゃがいも・じゃがいもでん粉 砂糖・大豆油・なたね油・米ぬか油	

10月の目標「食事のマナーを守って食べよう」

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、焼き豆腐
●しいたけ　●なたね油
●さといも　●キャベツ
●ブルーベリー・・・ブルーベリーゼリー

２４日（木）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（大地の風）
★きのこのみそ汁…しいたけ、油揚げ
★とよたチャンプルー…生揚げ
★ブルーベリーゼリー…ブルーベリー

＜今月の季節の食材＞

さつまいも

さといも

・しいたけ
・しめじ
・えのきたけ
・エリンギ
きのこ

かつお

りんご

たべまるのおすすめ

今月は、２日（水）の【とり肉の香味ソースかけ】まる。
作り方や写真は、豊田市ホームページのトップページ「クックパッド公式キッチン」をクリックするまる。
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。

2024年度　11月　　給食献立一覧表　　献立Ｂ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
1	金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	548 21.8
		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	
		納豆あえ	納豆・チーズ	パセリ	砂糖	
5	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	508 18.8
		みそ汁	豆腐・豆みそ・油揚げ・けずりぶし・わかめ	たまねぎ・根深ねぎ		
		だいこんサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング	まぐろ（油漬）	だいこん・きゅうり・にんじん	砂糖・マヨネーズ風ドレッシング	
		和風照り焼きハンバーグ	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・砂糖・じゃがいもでん粉・米ぬか油	
6	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	524 16.7
		五目スープ	ぶた肉	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	
		中華あえ	まぐろ（油漬）	キャベツ・にんじん・きゅうり	香味野菜ドレッシング・はるさめ	
		揚げぎょうざ（２個）	ぶた肉	にら・キャベツ・しょうが・たまねぎ	小麦粉・キャッサバでん粉・砂糖 ラード・米ぬか油	
7	木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	468 16.4
		さつま汁	とり肉・麦みそ・けずりぶし	だいこん・にんじん・ごぼう・根深ねぎ	さつまいも	
		キャベツのあえもの		キャベツ・もやし・ほうれんそう・にんじん	砂糖	
		ししゃもフライ	大豆・からふとししゃも		小麦粉・キャッサバでん粉・米ぬか油	
		抹茶ふりかけ			抹茶ふりかけ	
8	金	りんごパン・飲用牛乳	飲用牛乳		りんごパン	512 19.7
		ポトフ	ウインナー	たまねぎ・だいこん・にんじん	じゃがいも	
		ツナサラダ	まぐろ（油漬）	キャベツ・にんじん・きゅうり・スイートコーン	コールスロードレッシング	
		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	
11	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	521 20.9
		のっぺい汁	ちくわ・油揚げ・けずりぶし・こんぶ	こんにゃく・にんじん・ごぼう 根深ねぎ・しいたけ	さといも・じゃがいもでん粉・ごま油	
		和風サラダ ◇和風ドレッシング	とり肉（蒸）	キャベツ・きゅうり・切干しだいこん	ごま・砂糖・和風ドレッシング	
		さばのみそ煮	豆みそ・さば		砂糖	
		なしゼリー		なしゼリー		
12	火	三河赤鶏五目ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳・とり肉・油揚げ	ごぼう・しいたけ・にんじん	ごはん・砂糖・大豆油	499 23.5
		はくさいのみそ汁	米みそ・けずりぶし	はくさい・だいこん・にんじん・根深ねぎ	じゃがいも	
		ほうれんそうのおかかあえ	かつお節	キャベツ・もやし・ほうれんそう	砂糖	
		生揚げとかぼちゃのそぼろ煮	生揚げ・ぶた肉・けずりぶし	かぼちゃ・しょうが	砂糖・じゃがいもでん粉	
		乾燥小魚	いわし		キャッサバでん粉・砂糖	
13	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	528 21.1
		すきやき風煮	ぶた肉・焼き豆腐	はくさい・こんにゃく・根深ねぎ	砂糖	
		海藻サラダ	ひじき・わかめ	キャベツ・きゅうり・にんじん	香味野菜ドレッシング	
		たらナゲット	すけとうだら		小麦粉・とうもろこしでん粉・米粉 じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉 なたね油・ラード・米ぬか油	
14	木	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	604 21.1
		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	フレンチドレッシング	
		みかん(生)		みかん（生）		
15	金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	552 20.3
		たまごスープ	鶏卵・ショルダーベーコン	たまねぎ・にんじん	じゃがいもでん粉	
		うま塩キャベツ		キャベツ・きゅうり・にんじん 切干しだいこん・にんにく	ごま油	
		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	
18	月	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	492 16.3
		中華飯	ぶた肉・いか	はくさい・たまねぎ・にんじん・チンゲンサイ	じゃがいもでん粉	
		ナムル		もやし・キャベツ・きゅうり・にんじん	ごま・砂糖・ごま油	
		ショウロンポウ	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	
19	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	579 22.3
		つくね汁	肉だんご・麦みそ・けずりぶし	だいこん・にんじん・根深ねぎ		
		糸切昆布の炒め煮	ぶた肉・こんぶ・けずりぶし	にんじん	じゃがいも・砂糖・ごま油・米ぬか油	
		ほっけフライ ◆ウスターソース	ほっけ		小麦粉・じゃがいもでん粉・米ぬか油	
20	水	ツイストパン・飲用牛乳	飲用牛乳		ツイストパン	495 18.7
		ミネストローネ	とり肉	たまねぎ・トマト・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 いんげんまめ	
		コーンコールスローサラダ		キャベツ・スイートコーン・にんじん	コールスロードレッシング	
		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	

日本型食生活週間

たべまるのおすすめ

2024年度　11月　　給食献立一覧表　　献立Ｂ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
21	木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	515 20.4
		わかめスープ	豆腐・ショルダーベーコン・わかめ	たまねぎ・にんじん		
		豚肉のみそ炒め	ぶた肉・豆みそ	キャベツ・にんじん	砂糖・じゃがいもでん粉	
		いかカツ	大豆・いか		小麦粉・とうもろこしでん粉・砂糖 じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉 大豆油・なたね油・パーム油・米ぬか油	
25	月	ごはん・飲用牛乳　あいち県民の日献立	飲用牛乳		ごはん	504 17.8
		とよたひまわりポークの赤だし	豆腐・ぶた肉・豆みそ・油揚げ・米みそ けずりぶし	だいこん・にんじん・ごぼう・根深ねぎ		
		青菜あえ		キャベツ・はくさい・もやし・にんじん 菜めし粉		
		豊田市産じゃがいもコロッケ	ぶた肉	たまねぎ	小麦粉・じゃがいも・砂糖・米ぬか油	
26	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	482 19.3
		はるさめスープ	ベーコン	はくさい・にんじん	はるさめ・じゃがいもでん粉	
		ビビンバ丼	ぶた肉	もやし・ほうれんそう・にんじん・しょうが	砂糖・ごま油・ごま・米ぬか油	
		キャベツ入りはんぺん	いか・すけとうだら・このしろ	ねぎ・キャベツ	じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉 砂糖・大豆油・なたね油・米ぬか油	
27	水	米粉パン・飲用牛乳	飲用牛乳		米粉パン	518 21.7
		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	
		りんごポンチ		パインアップル・りんご（生）・黄桃		
		しゅうまい	ぶた肉	しょうが・たまねぎ	小麦粉・じゃがいもでん粉	
28	木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	567 20.5
		八杯汁	豆腐・けずりぶし	だいこん・にんじん・根深ねぎ	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	
		レバーとこんにゃくの甘辛煮	とり肉・とりレバー	こんにゃく	とうもろこしでん粉・じゃがいもでん粉 米ぬか油・砂糖	
29	金	スライスパン・飲用牛乳	飲用牛乳		スライスパン	527 22.0
		きのこのクリーム煮	牛乳・とり肉・脱脂粉乳・チーズ	たまねぎ・にんじん・しめじ・エリンギ	ベシャメルソースの素・生クリーム・バター	
		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	
		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	
		メープルジャム			メープルジャム	

11月の目標「栄養のバランスを考えて食べよう」

豊田の農産物

●米「大地の風」　・・・ごはん、麦ごはん、米粉パン
三河赤鶏五目ごはん
●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、焼き豆腐、納豆
●にんじん　●しいたけ　●ほうれんそう　●だいこん
●さといも　●キャベツ　●ぶた肉「とよたひまわりポーク」
●はくさい
●じゃがいも・・・豊田市産じゃがいもコロッケ
●なし・・・なしゼリー
●茶・・・抹茶ふりかけ

＜今月の季節の食材＞

さば　さといも　さつまいも　ほうれんそう　だいこん　ねぎ　みかん　りんご

25日（月）　あいち県民の日献立

11.27 あいち県民の日

愛知県の**郷土料理や愛知県でとれた食材**を使用した献立を実施します。

★ごはん…**米（大地の風）**
★飲用牛乳…**牛乳**
★**とよたひまわりポークの赤だし**…**ぶた肉（とよたひまわりポーク）、豆腐、油揚げ、にんじん、だいこん、豆みそ、米みそ**
★青菜あえ…**キャベツ、はくさい、にんじん**
★豊田市産じゃがいもコロッケ…**じゃがいも**

コロッケができるまでの動画はこちら

とよたの給食　検索

日本型食生活週間　11日(月)～15日(金)

主食・主菜・副菜を組み合わせた「日本型食生活」を知ることができる献立を実施します。
日本型食生活とは、主食のごはんを中心に、肉・魚などの「主菜」、野菜・海藻、豆・豆製品などを使った「副菜」や「汁物」などを組み合わせた栄養のバランスに優れた食生活のことです。

たべまるのおすすめ

今月は、１９日（火）の【糸切昆布の炒め煮】まる。
作り方や写真は、豊田市ホームページのトップページ「クックパッド公式キッチン」をクリックするまる。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。

2024年度　12月　　給食献立一覧表　　献立Ｂ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
2	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	545 20.9
		豆乳のバランスみそ汁	豆腐・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	じゃがいも	
		根菜のきんぴら	ぶた肉	ごぼう・れんこん・にんじん	砂糖・米ぬか油・ごま油	
		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	
3	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	563 18.4
		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・さやいんげん	じゃがいも・砂糖	
		れんこんサラダ・◇和風ドレッシング	青大豆	キャベツ・れんこん・スイートコーン	砂糖・和風ドレッシング	
		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	
4	水	小型ロール・飲用牛乳	飲用牛乳		小型ロール	559 20.5
		ミートスパゲティ	ぶた肉	たまねぎ・トマト・にんじん・グリンピース	スパゲティ・米ぬか油	
		フレンチサラダ		キャベツ・スイートコーン・にんじん きゅうり・レモン果汁	オリーブ油・砂糖	
		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・コーングリッツ なたね油・パーム油・ラード・米ぬか油	
		コーヒー牛乳の素			コーヒー牛乳の素	
5	木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	493 17.5
		五目スープ		チンゲンサイ・たまねぎ・もやし・にんじん	はるさめ・じゃがいもでん粉	
		チャーハン	ぶた肉	たくあん漬・にんじん・根深ねぎ	ごま油・ごま	
		野菜入りしゅうまい（２個）	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	
6	金	スライスパン・飲用牛乳	飲用牛乳		スライスパン	479 20.8
		オニオンスープ	とり肉・ショルダーベーコン	たまねぎ・にんじん・パセリ		
		マセドアンサラダ		にんじん・スイートコーン・きゅうり	じゃがいも・コールスロードレッシング	
		ハンバーグ ◇中濃ソース（ハンバーグ用）	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	
		りんごジャム			りんごジャム	
9	月	ごはん（ミネアサヒ）・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	538 22.6
		とよたのみそ汁　豊田ブランドの日	豆腐・豆みそ・けずりぶし	はくさい・だいこん・葉ねぎ・しいたけ		
		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	
		レバーと大豆のごまがらめ	とり肉・大豆・とりレバー		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	
10	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	520 19.1
		豆腐の中華煮	豆腐・ぶた肉	はくさい・たまねぎ・にんじん・たけのこ	じゃがいもでん粉・砂糖・ごま油	
		拌三絲（バンサンスー）		キャベツ・きゅうり・にんじん	はるさめ・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	
11	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	529 19.7
		のっぺい汁	ちくわ・油揚げ・けずりぶし・こんぶ	だいこん・こんにゃく・にんじん ごぼう・根深ねぎ	さといも・じゃがいもでん粉・ごま油	
		和風サラダ・◇和風ドレッシング	まぐろ（油漬）	キャベツ・にんじん・きゅうり	砂糖・和風ドレッシング	
		さばの煮つけ	さば	しょうが	砂糖	
12	木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	532 25.0
		高野豆腐の卵とじ	ぶた肉・鶏卵・凍り豆腐・けずりぶし	たまねぎ・にんじん・さやいんげん	じゃがいも・砂糖	
		ごま酢あえ	とり肉（蒸）	キャベツ・もやし・きゅうり・しょうが	砂糖・ごま	
		わかさぎのから揚げ	わかさぎ		米粉・じゃがいもでん粉・米ぬか油	
13	金	米粉パン・飲用牛乳	飲用牛乳		米粉パン	624 25.1
		かぶとはくさいのクリームスープ	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・はくさい・かぶ・にんじん	ベシャメルソースの素・生クリーム・バター	
		ブロッコリーサラダ ◇サウザンアイランドドレッシング		キャベツ・ブロッコリー・スイートコーン	サウザンアイランドドレッシング	
		ミンチカツ	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 じゃがいもでん粉・砂糖・なたね油・米ぬか油	
16	月	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	464 18.4
		ふだま汁	豆腐・けずりぶし	にんじん・はくさい・えのきたけ・みつば	豆玉ふ	
		切干しだいこんのソース炒め	ぶた肉・ちくわ・あおのり	キャベツ・切干しだいこん・もやし	米ぬか油	
		ししゃもフライ	大豆・からふとししゃも		小麦粉・キャッサバでん粉・米ぬか油	
17	火	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	628 22.6
		カレーライス	ぶた肉・チーズ・脱脂粉乳	たまねぎ・にんじん・グリンピース	じゃがいも・カレールウ（甘口・辛口）	
		サワーキャベツ		キャベツ・きゅうり・スイートコーン にんじん・レモン果汁	砂糖	
		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	
18	水	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	531 21.1
		だいこんのそぼろ煮	ぶた肉・生揚げ・けずりぶし	だいこん・にんじん・しょうが	砂糖・じゃがいもでん粉	
		ひじきサラダ	まぐろ（油漬）・ひじき	キャベツ・きゅうり	ごまドレッシング・ごま	
		厚焼き卵	鶏卵・かつおだし・こんぶだし		キャッサバでん粉・砂糖・大豆油・なたね油	
19	木	ごはん・飲用牛乳　冬至献立	飲用牛乳		ごはん	515 20.9
		かぼちゃのみそ汁	豆腐・米みそ・油揚げ・いりこだし	かぼちゃ・たまねぎ・根深ねぎ		
		はくさいのごまあえ		はくさい・もやし・にんじん	ごま・砂糖	
		ぶりの竜田揚げ	ぶり	しょうが	じゃがいもでん粉・米ぬか油	

2024年度　12月　　給食献立一覧表　　献立Ｂ

東部給食センター
保育課

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)
20	金	**ツイストパン・飲用牛乳**	飲用牛乳		ツイストパン	525 19.4
		ポトフ	ウインナー	たまねぎ・だいこん・にんじん	じゃがいも	
		大豆とツナのサラダ	大豆・まぐろ（油漬）	キャベツ・にんじん	コールスロードレッシング	
		みかん(生)		みかん（生）		
23	月	**麦ごはん・飲用牛乳** クリスマス献立	飲用牛乳		麦ごはん	629 21.4
		パスタスープ	ベーコン	たまねぎ・キャベツ・にんじん・パセリ	マカロニ	
		チキンライス	とり肉	たまねぎ・にんじん・グリンピース	米ぬか油	
		オムレツ	鶏卵		キャッサバでん粉・砂糖・なたね油	
		豆乳プリンタルト			豆乳プリンタルト	
24	火	**りんごパン・飲用牛乳**	飲用牛乳		りんごパン	493 19.4
		ポタージュスープ	牛乳・とり肉・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・バター	
		コーンコールスローサラダ		キャベツ・スイートコーン・きゅうり	コールスロードレッシング	
		ウインナー	ウインナー			
25	水	**麦ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		麦ごはん	502 18.9
		豚丼	ぶた肉	たまねぎ・しらたき・にんじん・しょうが	砂糖	
		ゆかりあえ		キャベツ・きゅうり・だいこん・もやし・しそ（粉）		
		あじナゲット	大豆・あじ・すけとうだら	たまねぎ	小麦粉・コーンフラワー・とうもろこしでん粉 じゃがいもでん粉・砂糖・大豆油・米ぬか油	
26	木	**サンドイッチバンズ・飲用牛乳**	飲用牛乳		サンドイッチバンズ	484 21.0
		豆^{3}のスープ	ウインナー・豆乳・米みそ	たまねぎ・にんじん・えだまめ	じゃがいも	
		ミックスフルーツ		パインアップル・黄桃・みかん		
		照り焼きチキンバーガー	大豆・とり肉		とうもろこしでん粉・米でん粉	
27	金	**ごはん・飲用牛乳**	飲用牛乳		ごはん	575 16.9
		八宝菜	ぶた肉	たまねぎ・はくさい・にんじん もやし・チンゲンサイ	じゃがいもでん粉	
		中華あえ	まぐろ（油漬）	キャベツ・きゅうり	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	

12月の目標「寒さに負けない食事をしよう」

豊　田　の　農　産　物

●米「大地の風」
　「特別栽培米ミネアサヒ(赤とんぼ米)」
　…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
●さといも　●キャベツ　●にんじん
●はくさい　●葉ねぎ
●だいこん　●しいたけ
●ほうれんそう

9日(月)　豊田ブランドの日

豊田市でとれた食材を使用した献立です。

●ごはん…米（特別栽培米ミネアサヒ「赤とんぼ米」）
●とよたのみそ汁…豆腐・はくさい・だいこん・しいたけ・葉ねぎ
●おかかあえ…キャベツ・ほうれんそう・にんじん
●レバーと大豆のごまがらめ…大豆

下山地区

生産者の方々は、農産物を一生懸命作っています。
感謝の気持ちを込めて給食を食べましょう。

＜今月の季節の食材＞

さば

ぶり

わかさぎ

はくさい

ねぎ

だいこん

ブロッコリー

ほうれんそう

れんこん

みかん

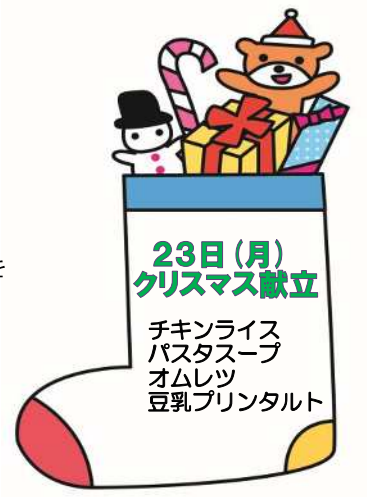
冬至献立

19日(木)

かぼちゃのみそ汁

１年の中で一番、昼が短く、夜が長くなる日を「冬至」と呼びます。
　冬至の日は、ゆずを浮かべた「ゆず湯」に入って体を温め、栄養のある「かぼちゃ」を食べるとかぜをひきにくいといわれています。

今年の冬至は
12月21日(土)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。
※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。

2023年度　1月　学校給食献立一覧表　小学校　献立Ａ

東部給食センター
豊田市教育委員会

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 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）
9	火	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	637 24.6
		根菜のみそ煮　七草献立	とり肉・豆みそ・はんぺん・けずりぶし	**だいこん・にんじん**・れんこん・ごぼう	じゃがいも・砂糖	
		七草ごはん		**七草・だいこん**・だいこんの葉	ごま	
		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	
		プチゼリー（みかん）			プチゼリー（みかん）	
10	水	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	654 24.8
		かしわ汁	とり肉・けずりぶし	**はくさい・にんじん**・根深ねぎ	**さといも**	
		煮あえ	**油揚げ**・けずりぶし・こんぶ	**だいこん・にんじん**・れんこん	砂糖	
		にぎすフライ・◆ウスターソース	にぎす		小麦粉・米ぬか油	
11	木	ごはん・★飲用牛乳　鏡開き献立	★飲用牛乳		**ごはん**	682 23.6
		関東煮	**生揚げ**・ちくわ・けずりぶし・こんぶ	こんにゃく・**にんじん**	じゃがいも・砂糖	
		ぜんざい			白玉もち・砂糖・あずき	
		★厚焼き卵	★鶏卵・かつおだし・こんぶだし		キャッサバでん粉・砂糖・大豆油・なたね油	
12	金	麦ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**麦ごはん**	623 23.7
		麻婆豆腐	**豆腐**・ぶた肉・豆みそ	たまねぎ・**にんじん**・根深ねぎ・しょうが	じゃがいもでん粉・砂糖・ごま油	
		華風あえ		**キャベツ**・もやし・きゅうり・紅しょうが	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 とうもろこし	小麦粉・砂糖・ラード	
15	月	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	649 25.3
		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	
		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	
		レバーとこんにゃくの甘辛煮	とり肉・とりレバー	こんにゃく	とうもろこしでん粉・じゃがいもでん粉 米ぬか油・砂糖	
16	火	★スライスパン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**★スライスパン**	647 26.0
		★たまごスープ	★鶏卵・ベーコン	たまねぎ・パセリ	じゃがいもでん粉	
		コーンサラダ		**キャベツ**・スイートコーン・**にんじん**	コールスロードレッシング	
		ハンバーグサンド ◇中濃ソース（サンド用）	牛肉・とり肉・ぶた肉	たまねぎ	小麦粉・じゃがいもでん粉・砂糖・米ぬか油	
17	水	麦ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**麦ごはん**	728 24.3
		★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・カレールウ（★甘口・辛口）	
		いかサラダ	いか	**キャベツ**・きゅうり	ごまドレッシング・砂糖	
		みかん（生）		みかん(生)		
18	木	★米粉パン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**★米粉パン**	641 26.2
		★マカロニのクリーム煮	★牛乳・とり肉・★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	
		フレンチサラダ		**キャベツ**・スイートコーン・**にんじん** きゅうり	フレンチドレッシング	
		たらナゲット	すけとうだら		小麦粉・とうもろこしでん粉・米粉 じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉 なたね油・ラード・米ぬか油	
19	金	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	621 24.8
		八杯汁　たべまるのおすすめ	**豆腐**・けずりぶし・こんぶ	**はくさい・にんじん**・ごぼう・根深ねぎ	じゃがいもでん粉	
		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・もやし 紅しょうが	米ぬか油	
		ししゃもフライ	大豆・からふとししゃも		小麦粉・キャッサバでん粉・米ぬか油	
22	月	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	635 28.7
		つくね汁	肉だんご・**油揚げ**・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	ぶた肉・**大豆**・ひじき・けずりぶし	**にんじん**	じゃがいも・砂糖・米ぬか油	
		いわしの梅煮	いわし	梅干し	とうもろこしでん粉・砂糖	
23	火	中華めん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**中華めん**	699 32.1
		とんこつラーメン	ぶた肉・かまぼこ	たまねぎ・**キャベツ・にんじん** 根深ねぎ・しょうが・にんにく	じゃがいもでん粉	
		ナムル	とり肉（蒸）	**はくさい**・もやし	ごま・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・じゃがいもでん粉・水あめ 大豆油・米ぬか油	
		乾燥小魚	いわし		キャッサバでん粉・砂糖	
24	水	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	640 29.0
		豚汁	**豆腐**・ぶた肉・豆みそ・**油揚げ**・けずりぶし	**はくさい・にんじん**・ごぼう・根深ねぎ		
		たくあんあえ		**キャベツ**・たくあん漬・きゅうり	ごま・砂糖	
		さばの煮つけ	さば	しょうが	砂糖	
25	木	★ツイストパン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**★ツイストパン**	639 24.4
		大麦と野菜のスープ	ショルダーベーコン	**だいこん・にんじん・キャベツ**・パセリ	じゃがいも・押麦・米ぬか油	
		ブロッコリーサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング		**キャベツ**・ブロッコリー・きゅうり	マヨネーズ風ドレッシング	
		とり肉のトマト煮込み	とり肉	たまねぎ・トマト・バジル	砂糖・オリーブ油・じゃがいもでん粉	
26	金	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	663 26.4
		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	
		はくさいとかぶの酢の物		**はくさい**・かぶ・**にんじん**・きゅうり	砂糖	
		★納豆巻き	**納豆**・★チーズ	パセリ	砂糖	
		手巻きのり	のり			

全国学校給食週間

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 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）
29	月	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	653 28.1
		すきやき風煮	ぶた肉・**焼き豆腐**	**はくさい**・こんにゃく・根深ねぎ・えのきたけ	砂糖	
		和風サラダ **◇和風ドレッシング**		**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	
		花型はんぺん	すけとうだら・このしろ	にんじん・キャベツ・スイートコーン	じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉・砂糖 大豆油・なたね油	
30	火	**★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	636 26.6
		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	
		ツナサラダ	まぐろ（油漬）	**キャベツ**・きゅうり	コールスロードレッシング	
		とんカツドッグ **◇中濃ソース（ドッグ用）**	大豆・ぶた肉		小麦粉・とうもろこしでん粉 キャッサバでん粉・米ぬか油	
31	水	**麦ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**麦ごはん**	660 22.8
		★中華飯	★うずら卵・ぶた肉・いか	たまねぎ・**はくさい**・**にんじん**・もやし チンゲンサイ	じゃがいもでん粉	
		拌三絲（バンサンスー）		**キャベツ**・**にんじん**・きゅうり	はるさめ・砂糖・ごま油	
		愛知の野菜入り揚げぎょうざ	ぶた肉	にんじん・たまねぎ・れんこん	小麦粉・じゃがいもでん粉・砂糖 なたね油・米ぬか油	

全国学校給食週間

１月の目標「給食について知ろう」

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
  中華めん
- ●大豆「フクユタカ」
  …水煮大豆、豆腐、油揚げ
  生揚げ、焼き豆腐、納豆
- ●七草　●さといも　●にんじん
- ●キャベツ　●だいこん　●はくさい

※献立表内では**太字**になっています。

鏡 開 き

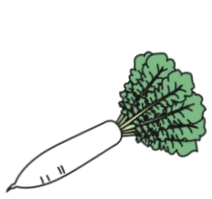
ぜんざい　11日(木)

１月１１日は、「鏡開き」です。
鏡開きは、鏡わりともいわれています。
健やかで幸多い１年になりますようにと
無病息災を願います。

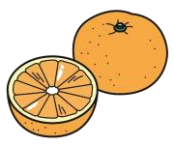
＜今月の季節の食材＞

ブロッコリー

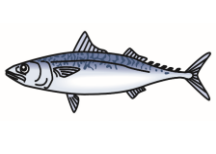
かぶ



だいこん



みかん



さば

はくさい

七　草　9日(火)

昔は１月７日に、七草を神前にお供えし、おかゆなどにして食べることで、病気にならないように祈っていました。
現在でも、正月に七草がゆとして食べる習慣が残っています。

松平地区でとれた七草を使い、「七草ごはん」を実施します。

春の七草

♪「せりなずな・ごぎょうはこべら・ほとけのざ・すずなすずしろ・春の七草」
短歌のリズムで覚えるのがおすすめです。

せり

なずな

ごぎょう

はこべら

ほとけのざ

すずな
かぶの葉

すずしろ
だいこんの葉

全国学校給食週間　24日(水)～30日(火)

日本の学校給食は、明治２２年に山形県の小学校で始まったといわれています。
戦争によって一時中止されていましたが、戦後、外国からの援助により、学校給食は再開されました。このことを記念して、**「全国学校給食週間」**が定められました。
現在の学校給食は、食べることが困難だったころから大きく変わり、バランスのよい食事の見本として「生きた教材」の役割を担っています。

たべまるのおすすめ

今月は、19日（金）の【切干しだいこんのソース炒め】まる。
作り方や写真は、豊田市ホームページのトップページ「クックパッド公式キッチン」をクリックするまる。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。

▲豊田市クックパッド公式キッチンはこちらから

たべまる給食　検索

「とよた給食ニュース1月号」を15日（月）に配信します。左の二次元コードを読み取り、1月号をクリックすると見ることができます。

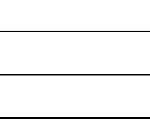
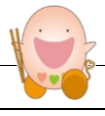
※献立一覧表と食材の産地は、豊田市ホームページで見ることができます。
※天候など、やむを得ない事情により、産地や献立が変更される場合があります。
※牛乳の表記については、2種類になります。毎日つく「飲用牛乳」と調理に使用する「牛乳」です。
飲用牛乳とは200mLパック入りの牛乳です。

※★は乳又は卵を含みます。
※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、学級で配膳する時に使用します。

東部給食センター　●安全・安心・おいしい給食をお届けします●

2023年度　2月　　学校給食献立一覧表　　小学校　　献立Ａ

東部給食センター
豊田市教育委員会

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 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**	642 28.2
		だいこんのそぼろ煮	**生揚げ**・ぶた肉・けずりぶし	**だいこん**・**にんじん**・しょうが	砂糖・じゃがいもでん粉	
		いかサラダ	いか	**キャベツ**・きゅうり	ごまドレッシング	
		★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	
2	金	**麦ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**麦ごはん**	635 27.8
		かしわ汁 節分献立	とり肉・けずりぶし	**だいこん**・**にんじん**・**葉ねぎ**	**さといも**	
		なばなのおひたし 		**キャベツ**・ほうれんそう・**なばな** スイートコーン	砂糖	
		いわしのかば焼き丼 **かば焼きのたれ**	いわし		米粉・じゃがいもでん粉・米ぬか油	
		節分豆	**大豆**			
5	月	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	657 23.5
		玄米だんご汁	けずりぶし	**はくさい**・**だいこん**・**にんじん**・根深ねぎ	**玄米だんご**	
		和風サラダ・◇和風ドレッシング	とり肉（蒸）	**キャベツ**・きゅうり	砂糖・和風ドレッシング	
		ほっけフライ・◆ウスターソース	ほっけ		小麦粉・じゃがいもでん粉・米ぬか油	
6	火	**★米粉パン・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**★米粉パン**	648 30.0
		焼きそば	ぶた肉・いか・ちくわ・あおのり	**キャベツ**・**にんじん**・紅しょうが	中華めん・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	
		えびしゅうまい	えび・すけとうだら	たまねぎ	小麦粉・じゃがいもでん粉・パーム油	
7	水	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	656 24.7
		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**・根深ねぎ・ごぼう		
		ひじきサラダ **◇マヨネーズ風ドレッシング**	まぐろ（油漬）・ひじき	**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	
		愛知のれんこん入りつくね	大豆・とり肉	たまねぎ・れんこん	じゃがいもでん粉・砂糖・なたね油 パーム油・ラード・牛脂	
8	木	**★ツイストパン・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**★ツイストパン**	657 24.4
		★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**・グリンピース	マカロニ・★ベシャメルソースの素 ★生クリーム・★バター	
		コーンサラダ		**キャベツ**・スイートコーン・きゅうり	コーンクリーミードレッシング	
		いよかん（生）		いよかん（生）		
9	金	**麦ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**麦ごはん**	645 26.0
		★ワンタンスープ	★うずら卵・ベーコン	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	ごま・砂糖・ごま油	
		キムチチャーハン	ぶた肉	たくあん漬・**キムチ**・**にんじん**・根深ねぎ	ごま油	
		プチゼリー（アセロラ）			プチゼリー（アセロラ）	
13	火	**ソフトめん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		ソフトめん	706 26.4
		トマトソースかけ	ぶた肉	たまねぎ・**にんじん**・トマトピューレー バジル・ローリエ	じゃがいもでん粉・砂糖・オリーブ油	
		フレンチサラダ		**キャベツ**・きゅうり・**にんじん**	フレンチドレッシング	
		たこナゲット	大豆・いか・たこ・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・ラード・米ぬか油	
14	水	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	712 25.3
		★親子煮	★鶏卵・とり肉・けずりぶし	たまねぎ・**にんじん**・グリンピース	じゃがいも・砂糖	
		花野菜サラダ		**キャベツ**・ブロッコリー・カリフラワー スイートコーン	香味野菜ドレッシング	
		わんぱくじゃこ天	ウインナー・ちりめんじゃこ	たまねぎ・**にんじん**・根深ねぎ	小麦粉・米ぬか油	
15	木	**★りんごパン・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		★りんごパン	693 27.6
		大麦と野菜のスープ	とり肉・ベーコン	たまねぎ・**キャベツ**・**にんじん**・パセリ	押麦・米ぬか油	
		ビーンズマセドアン	**大豆**	**にんじん**・きゅうり	じゃがいも・コールスロードレッシング	
		サーモンフライ・◆ウスターソース	大豆・さけ		小麦粉・とうもろこしでん粉 キャッサバでん粉・米ぬか油	
16	金	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	676 25.9
		★おでん たべまるのおすすめ	**生揚げ**・★うずら卵・ちくわ・けずりぶし こんぶ	**だいこん**・こんにゃく	**さといも**	
		青菜あえ 		**キャベツ**・**はくさい**・もやし・**にんじん** 菜めし粉		
		肉みそ	ぶた肉・豆みそ		砂糖	
19	月	**麦ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**麦ごはん**	699 26.1
		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	
		コールスローサラダ		**キャベツ**・スイートコーン・きゅうり	コールスロードレッシング	
		根菜ドライカレー	ぶた肉	たまねぎ・**にんじん**・ごぼう・れんこん	小麦粉	
20	火	**三河赤鶏五目ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳・とり肉・油揚げ	にんじん・ごぼう・しいたけ	**ごはん**・砂糖・大豆油	668 28.3
		のっぺい汁	ちくわ・けずりぶし・こんぶ	**だいこん**・こんにゃく・**にんじん**・根深ねぎ	**さといも**・じゃがいもでん粉・ごま油	
		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	
		さばの塩焼き	さば		米ぬか油	
21	水	**ごはん（ミネアサヒ）・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	692 25.4
		根菜のうま煮 豊田ブランドの日	**生揚げ**・とり肉・けずりぶし	**だいこん**・**にんじん**・れんこん・ごぼう さやいんげん	砂糖	
		おかかあえ	**油揚げ**・かつお節	**キャベツ**・もやし・ほうれんそう・**にんじん**	砂糖	
		まるっととよたひまわりポーク **コロッケ**	大豆・**ぶた肉**	たまねぎ	小麦粉・とうもろこしでん粉・じゃがいも 砂糖・なたね油・マーガリン・米ぬか油	

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 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）
22	木	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	704 27.3
		肉じゃが	ぶた肉	たまねぎ・しらたき・**にんじん**・グリンピース	じゃがいも・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	
		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	
26	月	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	689 28.1
		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**・さやいんげん	じゃがいも・砂糖・じゃがいもでん粉	
		切干しだいこんのごま酢あえ		**キャベツ**・**にんじん**・切干しだいこん しょうが	砂糖・ごま	
		ちくわの紅しょうが揚げ	ちくわ	紅しょうが	小麦粉・米ぬか油	
		海の五目佃煮	かつお節・こんぶ・のり・ひじき・わかめ 寒天		砂糖・水あめ	
27	火	**★スライスパン・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**★スライスパン**	687 26.0
		根菜シャキシャキポトフ	ウインナー	**だいこん**・たまねぎ・**にんじん**・れんこん パセリ	じゃがいも	
		キャロットサラダ		**にんじん**・きゅうり・スイートコーン レモン果汁	オリーブ油・砂糖	
		ハンバーグサンド **◇中濃ソース（サンド用）**	牛肉・とり肉・ぶた肉	たまねぎ	小麦粉・じゃがいもでん粉・砂糖・米ぬか油	
28	水	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	655 26.1
		けんちん汁	**豆腐**・けずりぶし	**だいこん**・**にんじん**・根深ねぎ・ごぼう		
		こまつなのおひたし	**油揚げ**	**キャベツ**・もやし・こまつな・**にんじん**	砂糖	
		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	
29	木	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	619 22.9
		ピリット厚揚げ	**生揚げ**・ぶた肉	**はくさい**・**にんじん**・にんにく	はるさめ・じゃがいもでん粉・米ぬか油 砂糖・ごま油	
		華風あえ		**キャベツ**・もやし・きゅうり・紅しょうが	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	

2月の目標「日本の伝統的な食文化を知ろう」

豊田の農産物

●米「大地の風」「特別栽培米ミネアサヒ（赤とんぼ米）」
　・・・ごはん、麦ごはん、米粉パン、三河赤鶏五目ごはん
　　玄米だんご
●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」・・・節分豆、水煮大豆、豆腐
　　生揚げ、油揚げ
●キャベツ　●にんじん　●だいこん　●さといも　●なばな
●はくさい　●はくさい・・・キムチ　●葉ねぎ
●ぶた肉「とよたひまわりポーク」
　・・・まるっととよたひまわりポークコロッケ

※献立表内では**太字**になっています。

2月3日は「節分」

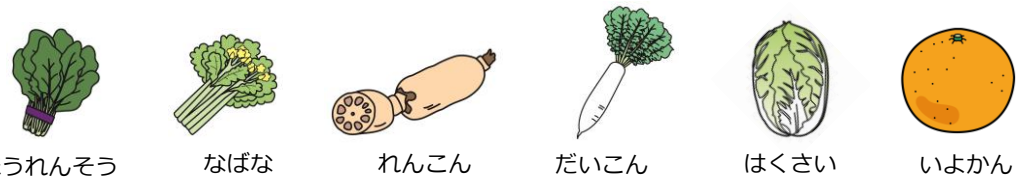
　節分は「立春」の前日で、冬から春へ季節を分ける節目の日です。
　節分の豆まきには、鬼を追い払い、福を呼び寄せるという意味があります。また、ひいらぎの小枝にいわしの頭を刺し、家の戸口にさげる風習もあります。

2日（金）に「節分献立」を実施します。
- **いわしのかば焼き丼**
- **節分豆（豊田市産大豆）**

21日（水）豊田ブランドの日

　豊田市でとれた食材を使用した献立です。
ごはん…米「特別栽培米ミネアサヒ(赤とんぼ米)」
根菜のうま煮…生揚げ・にんじん・だいこん
おかかあえ…油揚げ・にんじん・キャベツ
まるっととよたひまわりポークコロッケ…とよたひまわりポーク

＜今月の季節の食材＞



ほうれんそう　なばな　れんこん　だいこん　はくさい　いよかん

給食に登場！特別栽培米ミネアサヒ「赤とんぼ米」

　「赤とんぼ米」とは、農薬の使用回数や化学肥料の窒素成分量を半分以下まで減らした特別栽培米です。
　農薬により減ってしまったといわれる赤とんぼの復活を目指してその名が付けられました。

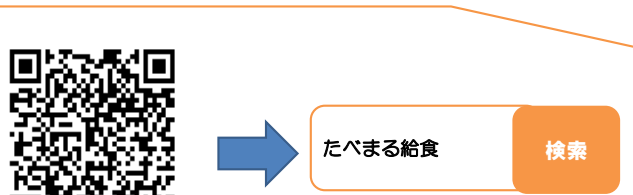
「とよた給食ニュース1月号」に赤とんぼ米についてさらに詳しく掲載されています。

赤とんぼ米農家
中根さん

たべまるのおすすめ

　今月は、16日（金）の 【肉みそ】まる。作り方や写真は、豊田市ホームページのトップページ「クックパッド公式キッチン」をクリックするまる。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。

▲豊田市クックパッド公式キッチンはこちらから



※献立一覧表と食材の産地は、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。
　飲用牛乳とは200mℓパック入りの牛乳です。

※★は乳又は卵を含みます。
※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、学級で配膳する時に使用します。

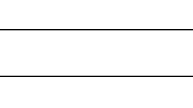
東部給食センター　●安全・安心・おいしい給食をお届けします●

2023年度　3月　　学校給食献立一覧表　　小学校　　献立Ａ

東部給食センター
豊田市教育委員会

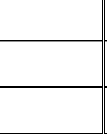
日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 魚・肉・卵・豆・豆製品 牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑のグループ おもに体の調子を整えるもとになる食品 色のこい野菜・その他の野菜 きのこ・果物	黄のグループ おもにエネルギーのもとになる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・かし・油脂類・種実類	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)
1	金	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	708 28.4
		★かきたま汁	**豆腐**・★鶏卵・かまぼこ・けずりぶし	えのきたけ・みつば	じゃがいもでん粉	
		ちらしずし	ちくわ・**油揚げ**	にんじん・れんこん・たけのこ・かんぴょう	砂糖	
		とり肉の照り焼き	とり肉		砂糖・じゃがいもでん粉・米ぬか油	
		ひなあられ			ひなあられ	
4	月	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	591 24.5
		沢煮わん	ぶた肉・けずりぶし	ごぼう・にんじん・たけのこ・えのきたけ みつば・しょうが	米ぬか油	
		青菜あえ		**キャベツ**・はくさい・もやし・にんじん 菜めし粉		
		さわらのから揚げ	さわら	しょうが	じゃがいもでん粉・米ぬか油	
5	火	★米粉パン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**★米粉パン**	635 23.6
		炒めビーフン	ぶた肉・はんぺん	**キャベツ**・にんじん・紅しょうが	ビーフン・砂糖・米ぬか油	
		ごぼうサラダ・◇和風ドレッシング		**キャベツ**・ごぼう・にんじん・きゅうり	砂糖・和風ドレッシング	
		ショウロンポウ	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	
6	水	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	639 23.0
		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	
		アーモンドあえ	**油揚げ**	**キャベツ**・もやし・ほうれんそう・にんじん	アーモンド・砂糖	
		★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	
7	木	★スライスパン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**★スライスパン**	654 25.4
		★コーンクリームスープ	★牛乳・★脱脂粉乳・★チーズ	スイートコーン・たまねぎ・パセリ	★ベシャメルソースの素・★生クリーム ★バター	
		サワーキャベツ		**キャベツ**・きゅうり・にんじん・レモン果汁	砂糖	
		スラッピージョー	ぶた肉	たまねぎ・にんじん・トマトピューレー	小麦粉・砂糖・米ぬか油	
8	金	麦ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**麦ごはん**	711 23.9
		★カレーライス	ぶた肉・★チーズ・★脱脂粉乳	たまねぎ・にんじん	じゃがいも・カレールウ（★甘口・辛口）	
		ビーンズサラダ	**大豆**	**キャベツ**・にんじん・きゅうり	コールスロードレッシング	
		はっさく（生）		はっさく（生）		
11	月	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	652 28.0
		筑前煮	とり肉・はんぺん・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	
		おひたし		はくさい・ほうれんそう・にんじん	砂糖	
		いわしの梅煮	いわし	梅干し	じゃがいもでん粉・砂糖	
12	火	ソフトめん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ソフトめん	645 28.8
		野菜あんかけめん	ぶた肉・かまぼこ・けずりぶし	たまねぎ・はくさい・にんじん・もやし 根深ねぎ・しょうが	じゃがいもでん粉・ごま油	
		たくあんあえ		**キャベツ**・たくあん漬・きゅうり	ごま・砂糖	
		ししゃもフライ	大豆・からふとししゃも		小麦粉・キャッサバでん粉・米ぬか油	
13	水	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	687 23.6
		麻婆豆腐	**豆腐**・ぶた肉・豆みそ	たまねぎ・にんじん・根深ねぎ・しょうが	じゃがいもでん粉・砂糖・ごま油	
		拌三絲（バンサンスー）		**キャベツ**・きゅうり・にんじん	はるさめ・砂糖・ごま油	
		愛知の野菜入り春巻き	とり肉	にんじん・キャベツ・れんこん	小麦粉・じゃがいもでん粉・砂糖・水あめ 大豆油・ごま油・米ぬか油	
14	木	★ツイストパン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**★ツイストパン**	679 26.5
		ポークビーンズ	**大豆**・ぶた肉・ベーコン	たまねぎ・にんじん	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 にんじん	フレンチドレッシング	
		ウインナー	ウインナー			
15	金	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	672 26.3
		キムチ入りみそ汁	ぶた肉・豆みそ・けずりぶし	**キムチ**・だいこん・こんにゃく・にんじん ごぼう・根深ねぎ・えのきたけ		
		野菜のねりごまあえ		**キャベツ**・もやし・ほうれんそう・にんじん	ごま・砂糖	
		レバーとじゃがいもの甘辛煮	とり肉・とりレバー		とうもろこしでん粉・じゃがいも じゃがいもでん粉・米ぬか油・砂糖	
18	月	赤飯・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**・もち米・あずき	710 23.4
		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	
		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	
		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	
		米粉のケーキ（いちご豆乳クリーム）			米粉のケーキ（いちご豆乳クリーム）	
19	火	卒業式				

ひなまつり献立



たべまるのおすすめ

卒業祝い献立



日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 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）
21	木	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	598 26.2
		ほたてとはくさいの中華炒め	ほたて	はくさい・たまねぎ・にんじん チンゲンサイ・しょうが	じゃがいもでん粉	
		中華風酢の物	とり肉（蒸）	**キャベツ**・きゅうり・にんじん	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・とうもろこし	小麦粉・じゃがいもでん粉 キャッサバでん粉・砂糖・ラード	
		★角チーズ	★角チーズ			

3月の目標「自分の食生活を振り返ろう」

豊田の農産物

●米「大地の風」・・・ごはん、麦ごはん、赤飯
　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
●キャベツ
●はくさい・・・キムチ

※献立表内では**太字**になっています。

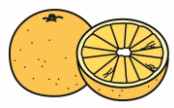
＜今月の季節の食材＞

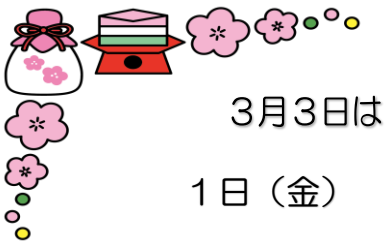
さわら

にんじん

キャベツ

はくさい


はっさく



3月3日は ひなまつり

1日（金）　ひなまつり献立を実施します。
✿ちらしずし
✿ひなあられ

卒業祝い献立

6年生のみなさん、もうすぐ卒業ですね。
みなさんの卒業を祝って、18日（月）に卒業祝い献立を実施します。
毎日の食生活を大切にして、楽しく、充実した中学校生活を送ってください。

たべまるのおすすめ

今月は、15日（金）の 【野菜のねりごまあえ】まる。
作り方や写真は、豊田市ホームページのトップページ「クックパッド公式キッチン」をクリックするまる。
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

１年間の食生活をふり返りましょう！

みなさんは、学校や家でどのような食生活を送ってきましたか？ 1年間どのように過ごしてきたのか、自分の食生活をふり返ってみましょう。

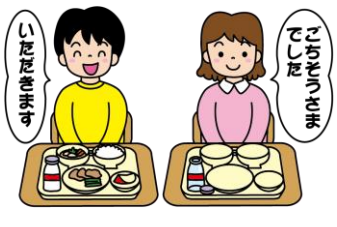
□ 毎日朝ごはんを食べましたか？

□ 1日3食、きちんと食べましたか？

□ 好ききらいなく、何でも食べましたか？

□ 赤・緑・黄のグループの食品をバランスよく食べることができましたか？

□ 感謝の気持ちをこめて、食事のあいさつができましたか？



□ おやつは、時間を決めて食べましたか？

□ 家族や友達と楽しく食事ができましたか？

□にチェックしてみよう！
◇◇◇チェックの数◇◇◇
7コ…すばらしい！！ 大変良い食生活です♪
5～6コ…来年度もその調子でがんばって！
2～4コ…もうひとがんばり！
0～1コ…できることから1つずつがんばりましょう。

※献立一覧表と食材の産地は、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。
　飲用牛乳とは200mLパック入りの牛乳です。

※★は乳又は卵を含みます。
※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は、学級で配膳する時に使用します。

東部給食センター　●安全・安心・おいしい給食をお届けします●

2024年度　4月　　学校給食献立一覧表　　小学校　　献立Ａ

東部給食センター
豊田市教育委員会

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
5	金	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	653 27.4
		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	
		ゆかりあえ		**キャベツ**・もやし・きゅうり・しそ（粉）	砂糖	
		さばの煮つけ	さば	しょうが	砂糖	
8	月	麦ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**麦ごはん**	675 23.9
		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	
		おひたし		**キャベツ**・もやし・にんじん・ほうれんそう	砂糖	
		コロッケ		たまねぎ	小麦粉・米粉・じゃがいも・砂糖・大豆油 米ぬか油	
9	火	★米粉パン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**★米粉パン**	618 26.7
		焼きそば	ぶた肉・ちくわ・いか・あおのり	**キャベツ**・にんじん・紅しょうが	中華めん・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・コーンスターチ・米でん粉 キャッサバでん粉・ラード	
10	水	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	672 24.2
		豆乳のバランスみそ汁	**豆腐**・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		
		和風サラダ・◇和風ドレッシング		**キャベツ**・もやし・きゅうり・にんじん	和風ドレッシング	
		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	
11	木	★スライスパン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**★スライスパン**	688 27.0
		★春キャベツのポタージュ	★牛乳・ショルダーベーコン・★脱脂粉乳 ★チーズ	**たまねぎ**・**キャベツ**・にんじん スイートコーン	★ベシャメルソースの素・★生クリーム ★バター	
		ビーンズマセドアン	**大豆**	にんじん・きゅうり	じゃがいも・フレンチドレッシング	
		たらフライ・◆ウスターソース	すけとうだら		小麦粉・コーンスターチ・米ぬか油	
		いちごジャム		いちごジャム		
12	金	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	704 26.0
		かしわ汁　花見献立	とり肉・けずりぶし	だいこん・にんじん・根深ねぎ		
		ちらしずし	ちくわ・**油揚げ**	にんじん・れんこん・たけのこ・かんぴょう	砂糖	
		いわしの梅煮	いわし	梅干し	じゃがいもでん粉・砂糖	
		花見だんご			花見だんご	
15	月	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	653 25.3
		あおさ汁	**豆腐**・ミックスみそ・**油揚げ**・けずりぶし あおさ	にんじん・根深ねぎ		
		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	
		レバーとじゃがいもの甘辛煮	とり肉・とりレバー		コーンスターチ・じゃがいも じゃがいもでん粉・米ぬか油・砂糖	
16	火	赤飯・★飲用牛乳　入学・進級祝い献立	★飲用牛乳		**ごはん**・もち米・あずき	598 21.6
		花ふのすまし汁	**豆腐**・かまぼこ・けずりぶし	にんじん・しめじ・みつば	花ふ	
		れんこんサラダ		**キャベツ**・れんこん・きゅうり スイートコーン	ごまドレッシング・ごま・砂糖	
		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	
		いちごゼリー（豆乳クリーム添え）		いちごゼリー（豆乳クリーム添え）		
17	水	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	657 27.1
		肉じゃが　たべまるのおすすめ	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	とり肉（蒸）	**キャベツ**・もやし・きゅうり・しょうが	砂糖・ごま	
		★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	
18	木	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	681 25.5
		★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	
		ひじきの炒め煮	**大豆**・ひじき・けずりぶし	にんじん	じゃがいも・砂糖・米ぬか油	
		ミンチカツ	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 じゃがいもでん粉・砂糖・なたね油・米ぬか油	
19	金	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	630 24.6
		豆腐の中華煮	**豆腐**・ぶた肉・えび	はくさい・**たまねぎ**・にんじん	じゃがいもでん粉・砂糖・ごま油	
		拌三絲（バンサンスー）		**キャベツ**・きゅうり・にんじん	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 とうもろこし	小麦粉・砂糖・ラード	
22	月	麦ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**麦ごはん**	719 23.7
		★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	
		ミックスフルーツ		パインアップル・黄桃・みかん		
23	火	白玉うどん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		白玉うどん	709 26.4
		肉うどん	ぶた肉・**油揚げ**・かまぼこ・けずりぶし	だいこん・にんじん・ごぼう・根深ねぎ		
		ひじきとマカロニのサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング	まぐろ（油漬）・ひじき	**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	
		さくらえびのかき揚げ	さくらえび	**たまねぎ**・みつば	小麦粉・米ぬか油	
		コーヒー牛乳の素			コーヒー牛乳の素	
24	水	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	642 25.8
		ほたての中華炒め	ほたてがい	**たまねぎ**・はくさい・にんじん・チンゲンサイ たけのこ・しょうが	じゃがいもでん粉	
		中華風酢の物	とり肉（蒸）	**キャベツ**・きゅうり・にんじん	砂糖・はるさめ・ごま・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・じゃがいもでん粉・水あめ・大豆油 米ぬか油	

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
25	木	**★ツイストパン・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**★ツイストパン**	658 26.3
		ポークビーンズ	**大豆**・ぶた肉・ベーコン	**たまねぎ**・にんじん・グリンピース	じゃがいも・砂糖	
		コーンコールスローサラダ		**キャベツ**・スイートコーン・きゅうり	コールスロードレッシング	
		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・米ぬか油	
26	金	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	644 25.8
		とり肉と野菜のうま煮	とり肉・はんぺん・けずりぶし	**たまねぎ**・にんじん・グリンピース	じゃがいも・砂糖	
		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	
30	火	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	637 28.2
		じゃがいものみそ汁	**豆腐**・豆みそ・**油揚げ**・けずりぶし・わかめ	**たまねぎ**・根深ねぎ	じゃがいも	
		大豆のピリ辛炒め	ぶた肉・**大豆**	**たまねぎ**・にんじん・えだまめ・しょうが にんにく	砂糖・じゃがいもでん粉・ごま油	
		はんぺん	きんときだい・たら・いとよりだい たちうお・かつおぶし	キャベツ	じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉 砂糖・米ぬか油	

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。

おもに体をつくるもとになる食品

たんぱく質・無機質（カルシウム）を多くふくむ食品

魚・肉・卵
豆・豆製品
牛乳・乳製品
小魚・海藻

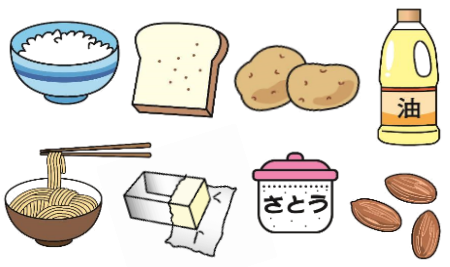
おもに体の調子を整えるもとになる食品

ビタミンや無機質を多くふくむ食品

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とになる食品

炭水化物・脂質を多くふくむ食品



米・パン・めん
いも・砂糖・菓子
油脂類・種実類

普段の食事も、３つのグループの食品をバランスよく組み合わせて食べましょう。

※学校給食は、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。
普段の食事で不足しがちなカルシウムは、成長期に特に必要な栄養素で、およそ1/2を摂取できるようにしています。

豊田の農産物

- 米「大地の風」
  ・・・ごはん、麦ごはん
  赤飯、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
- キャベツ
- たまねぎ

※献立表内では**太字**になっています。

入学・進級祝い献立
16日（火）

- 赤飯
- いか香味揚げ
- れんこんサラダ
- 花ふのすまし汁
- いちごゼリー
  （豆乳クリーム添え）

花見献立
12日（金）

- ちらしずし
- 花見だんご

＜今月の季節の食材＞

キャベツ

たけのこ

さくらえび

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、17日（水）の【ごま酢あえ】まる。
作り方や写真は、豊田市ホームページのトップページ「クックパッド公式キッチン」をクリックするまる。
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。

▲豊田市クックパッド公式キッチンはこちらから

たべまる給食 検索

※献立一覧表と食材の産地は、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。
飲用牛乳とは200mLパック入りの牛乳です。

※★は乳又は卵を含みます。
※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、学級で配膳する時に使用します。

東部給食センター　●安全・安心・おいしい給食をお届けします●

2024年度　5月　　学校給食献立一覧表　　小学校　　献立Ａ

東部給食センター
豊田市教育委員会

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 魚・肉・卵・豆・豆製品 牛乳・乳製品・小魚・海そう	緑のグループ おもに体の調子を整えるもとになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
1	水	**麦ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**麦ごはん**	694 25.4
		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		
		ごぼうサラダ **◇マヨネーズ風ドレッシング**	とり肉（蒸）	**キャベツ**・ごぼう・きゅうり	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	
		かしわもち			かしわもち	
2	木	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	677 24.1
		家常豆腐（ジャーチャンドウフ）	**生揚げ**・ぶた肉・豆みそ	**たまねぎ・にんじん**・根深ねぎ・しょうが	砂糖・じゃがいもでん粉	
		華風あえ		**キャベツ**・もやし・きゅうり・紅しょうが	はるさめ・砂糖・ごま油	
		大学いも			さつまいも・米ぬか油・砂糖	
7	火	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	616 24.1
		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		
		和風サラダ・◇和風ドレッシング	まぐろ（油漬）	**キャベツ**・きゅうり	砂糖・和風ドレッシング	
		肉だんご	大豆・とり肉	たまねぎ	小麦粉・とうもろこしでん粉・ごま キャッサバでん粉・砂糖・なたね油	
8	水	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	655 28.6
		かしわ汁	とり肉・けずりぶし	**だいこん・にんじん**・根深ねぎ		
		ゆかりあえ		**キャベツ**・きゅうり・もやし・**にんじん** しそ（粉）	砂糖	
		さわらの香味ソースかけ	さわら	根深ねぎ・しょうが	じゃがいもでん粉・米ぬか油・ごま油・砂糖	
9	木	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	644 24.6
		★八宝菜	★うずら卵・ぶた肉・いか	**たまねぎ**・はくさい・**にんじん** チンゲンサイ・もやし・たけのこ	じゃがいもでん粉	
		拌三絲（バンサンスー）		**キャベツ**・きゅうり・**にんじん**	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 とうもろこし	小麦粉・砂糖・ラード	
10	金	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	641 27.3
		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	
		糸切昆布の炒め煮	ぶた肉・こんぶ・けずりぶし	**にんじん**	**じゃがいも**・砂糖・ごま油・米ぬか油	
		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	
13	月	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	650 25.8
		あおさ汁	**豆腐**・ミックスみそ・**油揚げ**・けずりぶし あおさ	**にんじん**・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	
		レバーとじゃがいもの甘辛煮	とり肉・とりレバー		とうもろこしでん粉・**じゃがいも** じゃがいもでん粉・米ぬか油・砂糖	
14	火	**★米粉パン・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**★米粉パン**	630 24.5
		炒めビーフン	ぶた肉・はんぺん	**キャベツ・にんじん**・紅しょうが	ビーフン・砂糖・米ぬか油	
		ミックスフルーツ		黄桃・パインアップル・みかん		
		ショウロンポウ	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	
15	水	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	677 30.5
		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**・さやいんげん	**じゃがいも**・砂糖・じゃがいもでん粉	
		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	
16	木	**★スライスパン・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**★スライスパン**	681 27.2
		大麦と野菜のスープ	とり肉・ベーコン	**たまねぎ・キャベツ・にんじん**・パセリ	押麦・米ぬか油	
		★チーズサラダ	★チーズ	**キャベツ**・きゅうり・**にんじん**	フレンチドレッシング	
		えびカツサンド **◇中濃ソース（サンド用）**	大豆・えび・すけとうだら	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	
		コーヒー牛乳の素			コーヒー牛乳の素	
17	金	**麦ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**麦ごはん**	710 27.1
		ハヤシライス	ぶた肉	**たまねぎ・にんじん**・トマト・グリンピース	**じゃがいも**・ハヤシルウ	
		ビーンズサラダ	**大豆**	**キャベツ・にんじん**・きゅうり	コールスロードレッシング	
		★オムレツ	★鶏卵		キャッサバでん粉・砂糖・なたね油	
20	月	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	677 26.7
		生揚げと野菜のうま煮	**生揚げ**・ぶた肉・けずりぶし	**たまねぎ・にんじん・しいたけ**	**じゃがいも**・砂糖	
		わかめの酢の物	わかめ	**キャベツ**・きゅうり	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	
21	火	**中華めん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**中華めん**	761 27.8
		ジャージャーめん	ぶた肉・豆みそ	**たまねぎ・にんじん**・しょうが・にんにく	砂糖・じゃがいもでん粉・米ぬか油	
		うま塩キャベツ たべまるのおすすめ		**キャベツ**・きゅうり・**にんじん** 切干しだいこん・にんにく	ごま・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・じゃがいもでん粉・水あめ・大豆油 米ぬか油	
		いちごゼリー(豆乳クリーム添え)		いちごゼリー（豆乳クリーム添え）		
22	水	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	664 25.7
		★親子煮	★鶏卵・とり肉・けずりぶし	**たまねぎ・にんじん**	じゃがいも・砂糖	
		おひたし	**油揚げ**	**キャベツ**・もやし・ほうれんそう・**にんじん**	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	

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 魚・肉・卵・豆・豆製品 牛乳・乳製品・小魚・海そう	緑のグループ おもに体の調子を整えるもとになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
23	木	**★ツイストパン・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**★ツイストパン**	615 24.2
		豆乳のカレースープ	豆乳・とり肉	**たまねぎ・にんじん**・グリンピース	**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**	フレンチドレッシング	
		ウインナー	ウインナー			
24	金	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	651 23.8
		けんちん汁	**豆腐**・けずりぶし	**だいこん・にんじん**・根深ねぎ・ごぼう		
		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	
		青じそ入りあじフライ	大豆・あじ	青じそ	小麦粉・じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉 米ぬか油	
27	月	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	643 28.3
		麦みそ汁	麦みそ・**油揚げ**・けずりぶし・**豆腐**	**たまねぎ・だいこん・にんじん**		
		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**・さやいんげん	じゃがいも・砂糖	
		★納豆巻き	**納豆**・★チーズ	パセリ	砂糖	
		手巻きのり	のり			
28	火	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	621 25.7
		★かきたま汁	**豆腐**・★鶏卵・とり肉・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	
		アーモンドあえ		**キャベツ**・もやし・ほうれんそう・**にんじん**	アーモンド・砂糖	
		ししゃもフライ・◆ウスターソース	大豆・からふとししゃも		小麦粉・キャッサバでん粉・米ぬか油	
29	水	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	642 25.6
		わかめスープ	**豆腐**・ショルダーベーコン・わかめ	**たまねぎ・にんじん**		
		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	
		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	
		乾燥小魚	いわし		キャッサバでん粉・砂糖	
30	木	**★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	652 25.4
		★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**	**じゃがいも**・★ベシャメルソースの素 ★生クリーム・★バター	
		アスパラサラダ		**キャベツ**・アスパラガス・スイートコーン	コールスロードレッシング	
		スラッピージョー	ぶた肉	**たまねぎ・にんじん**・グリンピース トマトピューレー	小麦粉・砂糖・米ぬか油	
31	金	**麦ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**麦ごはん**	657 27.4
		とよたひまわりポーク丼	**ぶた肉**	**たまねぎ**・しらたき・**にんじん**・しょうが さやいんげん	砂糖	
		たくあんあえ **豊田ブランドの日**		**キャベツ**・たくあん漬・きゅうり	ごま・砂糖	
		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	
		抹茶水ようかん			**抹茶水ようかん**	

５月の目標「すききらいなく食べよう」

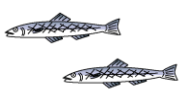
豊 田 の 農 産 物

- ●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、中華めん
- ●大豆「フクユタカ」
  ・・・納豆、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」
- ●にんじん ●だいこん ●キャベツ
- ●じゃがいも ●たまねぎ
- ●しいたけ
- ●茶・・・抹茶水ようかん

※献立表内では**太字**になっています。

今月の季節の食材

さわら



きびなご

かつお

じゃがいも

たまねぎ

みつば

わかめ

アスパラガス

※献立一覧表と食材の産地は、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。
飲用牛乳とは200mLパック入りの牛乳です。

５月５日はこどもの日

１日（水）こどもの日献立

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。

・かつおのそぼろ丼・若竹汁・かしわもち

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です。

３１日（金）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。**

- ●とよたひまわりポーク丼 …米（大地の風）・ぶた肉（とよたひまわりポーク）
  たまねぎ、にんじん
- ●たくあんあえ…キャベツ
- ●抹茶水ようかん…茶

たべまるのおすすめ

今月は、21日（火）の 【ジャージャーめん】まる。
作り方や写真は、豊田市ホームページのトップページ
「クックパッド公式キッチン」をクリックするまる。
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

※★は乳又は卵を含みます。
※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、学級で配膳する時に使用します。

東部給食センター　　●安全・安心・おいしい給食をお届けします●

2024年度　6月　　学校給食献立一覧表　　小学校　　献立Ａ

東部給食センター
豊田市教育委員会

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 魚・肉・卵・豆・豆製品 牛乳・乳製品・小魚・海そう	緑のグループ おもに体の調子を整えるもとになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
3	月	麦ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**麦ごはん**	620 23.7
		五目スープ	ベーコン	チンゲンサイ・**たまねぎ**・**にんじん**・たけのこ	はるさめ・じゃがいもでん粉	
		ビビンバ丼	ぶた肉	もやし・ほうれんそう・**にんじん**・しょうが	砂糖・ごま油・ごま・米ぬか油	
		えびしゅうまい	えび・すけとうだら	たまねぎ	小麦粉・じゃがいもでん粉・パーム油	
4	火	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	716 27.8
		花ふのすまし汁	**豆腐**・かまぼこ・けずりぶし	**にんじん**・しめじ・みつば	花ふ	
		切干しだいこんとひじきのサラダ・◇和風ドレッシング	まぐろ（油漬）・ひじき	**きゅうり**・スイートコーン・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	コーンスターチ・じゃがいもでん粉・砂糖 米ぬか油・ごま	
5	水	麦ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**麦ごはん**	653 28.8
		筑前煮	とり肉・はんぺん・けずりぶし	**にんじん**・こんにゃく・ごぼう・れんこん	砂糖・ごま油・米ぬか油	
		おかかあえ	**油揚げ**・かつお節	**キャベツ**・もやし・**にんじん**・ほうれんそう	砂糖	
		★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	
		抹茶ふりかけ			**抹茶ふりかけ**	
6	木	★ツイストパン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**★ツイストパン**	667 26.8
		★コーンクリームスープ	★牛乳・★脱脂粉乳・★チーズ	スイートコーン・**たまねぎ**・パセリ	★ベシャメルソースの素・★生クリーム ★バター	
		サワーキャベツ		**キャベツ**・**きゅうり**・**にんじん**・レモン果汁	砂糖	
		とり肉のトマト煮込み	とり肉	**たまねぎ**・トマト・バジル	砂糖・オリーブ油・じゃがいもでん粉	
7	金	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	670 25.2
		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	
		おひたし	**油揚げ**	**キャベツ**・もやし・**にんじん**	砂糖	
		めひかりフライ	めひかり		小麦粉・米ぬか油	
10	月	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	659 27.5
		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**・さやいんげん	**じゃがいも**・砂糖・じゃがいもでん粉	
		磯香あえ	のり	**キャベツ**・もやし・**にんじん**	砂糖	
		あじフライ	大豆・あじ		小麦粉・とうもろこしでん粉・米ぬか油 キャッサバでん粉	
11	火	★米粉パン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**★米粉パン**	634 23.5
		炒めビーフン	ぶた肉・はんぺん	**キャベツ**・**にんじん**・紅しょうが	ビーフン・砂糖・米ぬか油	
		ごぼうサラダ ◇和風ドレッシング		**キャベツ**・ごぼう・**にんじん**・スイートコーン	砂糖・和風ドレッシング	
		レモンポンチ		パインアップル・黄桃・みかん・レモン果汁		
12	水	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	633 25.9
		★親子煮	★鶏卵・とり肉・けずりぶし	**たまねぎ**・**にんじん**	じゃがいも・砂糖	
		たくあんあえ		**キャベツ**・たくあん漬・**きゅうり**	ごま・砂糖	
		野菜入りはんぺん	すけとうだら・このしろ	にんじん・キャベツ・スイートコーン	じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉 砂糖・大豆油・なたね油	
13	木	★サンドイッチバンズ・★飲用牛乳	★飲用牛乳		★サンドイッチバンズ	630 23.7
		★じゃがいものクリーム煮	★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**・グリンピース	じゃがいも・★ベシャメルソースの素 ★生クリーム・★バター	
		キャロットサラダ		**にんじん**・**きゅうり**・スイートコーン レモン果汁	オリーブ油・砂糖	
		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	
		コーヒー牛乳の素			コーヒー牛乳の素	
14	金	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	642 24.5
		★ワンタンスープ	★うずら卵	チンゲンサイ・たけのこ	ワンタン皮	
		わかめサラダ	まぐろ（油漬）・わかめ	**キャベツ**・**きゅうり**・**にんじん**	ごまドレッシング・砂糖	
		とり肉とごぼうの甘酢煮	とり肉	ごぼう・しょうが	砂糖・ごま油	
17	月	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	650 25.1
		キムチ入りみそ汁	**豆腐**・豆みそ・けずりぶし	**キムチ**・**だいこん**・こんにゃく・もやし **にんじん**・ごぼう・根深ねぎ・**しいたけ**		
		大豆とじゃがいものサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング	**大豆**	**きゅうり**・スイートコーン	**じゃがいも**・マヨネーズ風ドレッシング	
		とよたひまわりポークのしょうが炒め	**ぶた肉**	**たまねぎ**・**にんじん**・しょうが	じゃがいもでん粉・ごま油・米ぬか油	
18	火	豊田めん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**豊田めん**	708 30.8
		トマトソースかけ	ぶた肉	**たまねぎ**・トマト・**にんじん**・バジル ローリエ	じゃがいもでん粉・砂糖・オリーブ油	
		コーンサラダ		**キャベツ**・スイートコーン・**きゅうり**	フレンチドレッシング	
		いかフライ	大豆・いか		小麦粉・とうもろこしでん粉 キャッサバでん粉・米ぬか油	
19	水	麦ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**麦ごはん**	700 28.4
		★中華飯	★うずら卵・ぶた肉・いか	**たまねぎ**・はくさい・**にんじん**・もやし チンゲンサイ	じゃがいもでん粉	
		棒々鶏（バンバンジー） ◇棒々鶏ソース	とり肉（蒸）	**キャベツ**・**きゅうり**		
		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・じゃがいもでん粉・水あめ・大豆油 米ぬか油	
20	木	★スライスパン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**★スライスパン**	694 27.4
		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**	
		アーモンドサラダ		**キャベツ**・**きゅうり**・**にんじん** スイートコーン	コールスロードレッシング・アーモンド	
		ハンバーグサンド ◇中濃ソース（サンド用）	牛肉・とり肉・ぶた肉	たまねぎ	小麦粉・じゃがいもでん粉・砂糖・米ぬか油	

歯と口の健康週間

たべまるのおすすめ

愛知を食べる学校給食の日

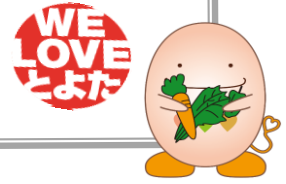
日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 魚・肉・卵・豆・豆製品 牛乳・乳製品・小魚・海そう	緑のグループ おもに体の調子を整えるもとになる食品 色のこい野菜・その他の野菜 きのこ・果物	黄のグループ おもにエネルギーのもとになる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
21	金	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	622 22.1
		けんちん汁	**豆腐**・けずりぶし	**だいこん・にんじん**・根深ねぎ・ごぼう	
		えだまめサラダ **◇和風ドレッシング**		**キャベツ**・えだまめ・**きゅうり**	和風ドレッシング
		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・とうもろこし油 米ぬか油
24	月	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	657 24.0
		かしわ汁	とり肉・けずりぶし	**だいこん・にんじん**・根深ねぎ	
		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
		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
25	火	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	617 23.9
		玄米だんご汁	けずりぶし	はくさい・**だいこん・にんじん**・根深ねぎ	**玄米だんご**
		きんぴらごぼう	ぶた肉	ごぼう・**にんじん**	砂糖・米ぬか油・ごま油
		いわしの梅煮	いわし	梅干し	じゃがいもでん粉・砂糖
26	水	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	651 23.3
		肉だんごの酢豚風	肉だんご	**たまねぎ・にんじん**・たけのこ・ピーマン	砂糖・じゃがいもでん粉・米ぬか油
		中華あえ		**キャベツ**・もやし・**きゅうり・にんじん**	砂糖・ごま油
		小えびのから揚げ	大豆・えび	とうもろこし	小麦粉・じゃがいもでん粉・パーム油 米ぬか油
27	木	**麦ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**麦ごはん**	651 27.8
		パスタスープ	ベーコン	**キャベツ**・パセリ	**じゃがいも**・マカロニ
		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
		ドライカレー	ぶた肉	**たまねぎ・にんじん**・グリンピース	小麦粉
		乾燥小魚	いわし		キャッサバでん粉・砂糖
28	金	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	623 24.8
		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	
		青菜あえ		**キャベツ**・もやし・**にんじん**・菜めし粉	
		ししゃもフライ・◆ウスターソース	大豆・からふとししゃも		小麦粉・キャッサバでん粉・米ぬか油

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、玄米だんご
- ●小麦「きぬあかり」
  ・・・スライスパン、ツイストパン、豊田めん
- ●大豆「フクユタカ」
  ・・・水煮大豆、豆腐、油揚げ
- ●ぶた肉 「とよたひまわりポーク」
- ●にんじん　●だいこん　●キャベツ
- ●じゃがいも　●たまねぎ　●きゅうり
- ●しいたけ　●はくさい・・・キムチ
- ●茶…抹茶ふりかけ

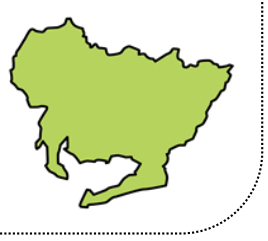
※献立表内では**太字**になっています。



17日（月） 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。

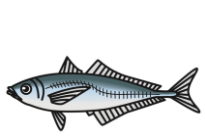
ごはん・牛乳
とよたひまわりポークのしょうが炒め
大豆とじゃがいものサラダ
キムチ入りみそ汁

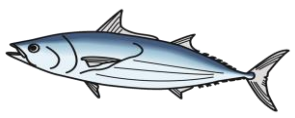


4日～10日
歯と口の健康週間【かみかみ献立】

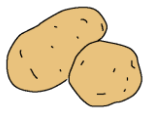
給食では、かみごたえのある食品や
歯を丈夫にする食品を取り入れています。

今月の季節の食材


あじ


かつお

チンゲンサイ

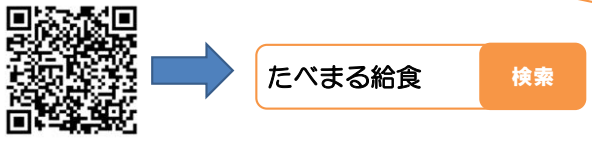

じゃがいも

たまねぎ

さやいんげん

たべまるのおすすめ

今月は、１１日（火）の【レモンポンチ】まる。
作り方や写真は、豊田市ホームページのトップページ
「クックパッド公式キッチン」をクリックするまる。
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。



▲豊田市クックパッド公式キッチンはこちらから

※献立一覧表と食材の産地は、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。
　飲用牛乳とは200mLパック入りの牛乳です。

※★は乳又は卵を含みます。
※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、学級で配膳する時に使用します。

東部給食センター　　●安全・安心・おいしい給食をお届けします●

2024年度　7月　　学校給食献立一覧表　　小学校　　献立Ａ

東部給食センター
豊田市教育委員会

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
1	月	**麦ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**麦ごはん**	610 22.5
		五目スープ	**豆腐**	**たまねぎ**・もやし・チンゲンサイ・**にんじん**	じゃがいもでん粉	
		キムチチャーハン	ぶた肉	たくあん漬・**キムチ**・**にんじん**・根深ねぎ	ごま油	
		ショウロンポウ	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	
2	火	**★スライスパン・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**★スライスパン**	644 24.1
		★とうがんとベーコンの クリームスープ	★牛乳・**大豆**・ベーコン・★脱脂粉乳 ★チーズ	とうがん・**たまねぎ**・しめじ・パセリ	★生クリーム・上新粉	
		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	
		ウインナー	ウインナー			
		ブルーベリージャム		ブルーベリージャム		
3	水	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	727 25.1
		夏野菜のごまみそ汁	ミックスみそ・豆乳・けずりぶし	**たまねぎ・なす・にんじん・オクラ**	**じゃがいも**・ごま	
		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・スイートコーン	マヨネーズ風ドレッシング	
		レバーとかぼちゃの甘辛煮	とり肉・とりレバー	かぼちゃ	コーンスターチ・じゃがいもでん粉・米ぬか油 砂糖	
4	木	**★ツイストパン・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**★ツイストパン**	638 23.1
		なすとペンネのトマト煮	ぶた肉	**たまねぎ・なす・にんじん**・トマトピューレー グリンピース	マカロニ・砂糖・米ぬか油	
		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	コールスロードレッシング	
		冷凍みかん(生)		みかん（生）		
5	金	**ごはん・★飲用牛乳**　七夕献立	★飲用牛乳		**ごはん**	651 25.9
		天の川汁	とり肉・けずりぶし	とうがん・**にんじん・オクラ**	ビーフン	
		★星のチーズサラダ ◇和風ドレッシング	★チーズ	キャベツ・きゅうり・**にんじん**	和風ドレッシング	
		ハンバーグのおろしソースかけ	大豆・とり肉・ぶた肉	たまねぎ・だいこん	とうもろこしでん粉・キャッサバでん粉 ラード・砂糖・米ぬか油	
		七タゼリー			七タゼリー	
8	月	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	661 27.0
		豆乳のバランスみそ汁	**豆腐**・豆乳・米みそ・**油揚げ**・けずりぶし	だいこん・**にんじん**	**じゃがいも**	
		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	
		あじフライ・◆ウスターソース	大豆・あじ		小麦粉・とうもろこしでん粉 キャッサバでん粉・米ぬか油	
9	火	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	640 26.7
		もずくスープ	とり肉・かまぼこ・もずく	**たまねぎ・にんじん**・根深ねぎ		
		★ゴーヤチャンプルー	**豆腐**・★鶏卵・ベーコン・かつお節	にがうり・もやし・**にんじん**	ごま油	
		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	
10	水	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	648 24.8
		じゃがいものそぼろ煮	ぶた肉・けずりぶし	**たまねぎ・にんじん**	じゃがいも・砂糖	
		甘酢あえ		キャベツ・きゅうり・**にんじん**	砂糖	
		★厚焼き卵	★鶏卵・かつおだし・こんぶだし		キャッサバでん粉・砂糖・大豆油・なたね油	
11	木	**ごはん・★飲用牛乳**　たべまるのおすすめ	★飲用牛乳		**ごはん**	643 23.0
		かみなり汁	**豆腐**・けずりぶし	だいこん・**にんじん**・根深ねぎ・ごぼう	ごま油	
		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	
		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	
12	金	**★ナン(米・小麦使用)・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**★ナン(米・小麦使用)**	704 29.3
		★チキンカレー	とり肉・★ヨーグルト・★チーズ	**たまねぎ・にんじん**・パセリ	**じゃがいも**・カレールウ(★甘口)・米ぬか油	
		コールスローサラダ	ウインナー	キャベツ・きゅうり	コールスロードレッシング	
		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	
16	火	**中華めん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**中華めん**	710 29.3
		とんこつラーメン	ぶた肉・かまぼこ	**たまねぎ**・キャベツ・**にんじん**・根深ねぎ しょうが・にんにく	じゃがいもでん粉	
		ナムル	とり肉（蒸）	もやし・チンゲンサイ・きゅうり・**にんじん**	ごま・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・じゃがいもでん粉・水あめ・大豆油 米ぬか油	
		コーヒー牛乳の素			コーヒー牛乳の素	
17	水	**麦ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**麦ごはん**	687 25.1
		豚丼	ぶた肉	**たまねぎ**・しらたき・**にんじん**・しょうが	砂糖	
		塩こうじあえ		キャベツ・きゅうり・**にんじん**		
		えだまめコロッケ	大豆	えだまめ・たまねぎ	小麦粉・とうもろこしでん粉・じゃがいも 砂糖・なたね油・米ぬか油	
18	木	**★米粉パン・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**★米粉パン**	615 23.9
		炒めビーフン	はんぺん・ぶた肉	キャベツ・**にんじん**・紅しょうが	ビーフン・砂糖・米ぬか油	
		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・ごま・砂糖	
		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	

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
19	金	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	641 24.7
		★親子煮	★鶏卵・とり肉・けずりぶし	**たまねぎ・にんじん**・グリンピース	じゃがいも・砂糖	
		おひたし		キャベツ・もやし・ほうれんそう・**にんじん**	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	

7月の目標「暑さに負けない食事をしよう」

豊 田 の 農 産 物

●米「大地の風」
・・・ごはん、麦ごはん、米粉パン、ナン
●小麦「きぬあかり」
・・・スライスパン、ツイストパン、ナン、中華めん
●大豆「フクユタカ」
・・・水煮大豆、豆腐、油揚げ
●じゃがいも　●にんじん　●たまねぎ
●オクラ　●なす　●はくさい・・・キムチ

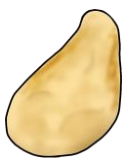
※献立表内では**太字**になっています。

5日（金）　七夕献立

7月7日は七夕です。
七夕という風習は、奈良時代に中国から日本へ伝わりました。
初めは宮中行事でしたが、江戸時代に願い事を書いた短冊を色とりどりの飾りとともに笹に飾る風習が庶民の間に広まりました。

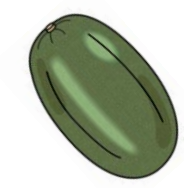
ビーフンを天の川に、オクラを星に見立てた「天の川汁」と星型のチーズが入った「星のチーズサラダ」、「七夕ゼリー」が登場します。

１２日（金）



豊田市産の米と小麦を使用したナンが登場します。

〈今月の季節の食材〉


とうがん

にがうり

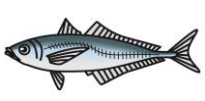
なす

きゅうり

かぼちゃ

オクラ

ピーマン

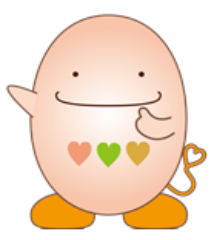

あじ

たべまるのおすすめ

今月は、11日（木）の【かみなり汁】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



夏の食生活を見直して、夏休みを元気に過ごそう！

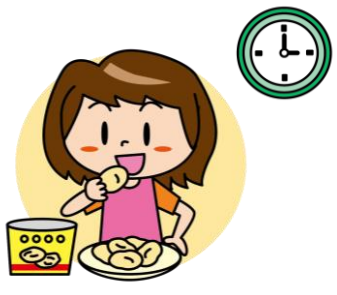
元気ポイント１　早寝・早起き・朝ごはん

元気に過ごすためには、「早寝・早起き」をして「朝ごはん」を食べることが大切です。
生活リズムをととのえるためにも毎日続けましょう。

元気ポイント２　こまめに水分補給

汗を多くかく夏は、水分補給が大切です。
外出するときや運動をするときは、事前や途中でこまめに水分補給をしましょう。

元気ポイント３　間食は量と時間を決めて



間食をたくさん食べると、１日３食の食事が食べられなくなったり、夏バテの原因になったりしてしまいます。
間食は時間と量を決めて食べましょう。

※献立一覧表と食材の産地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。
飲用牛乳とは200mLパック入りの牛乳です。

※★は乳又は卵を含みます。
※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、学級で配膳する時に使用します。

東部給食センター　　●安全・安心・おいしい給食をお届けします●

2024年度　9月　　学校給食献立一覧表　　小学校　　献立Ａ

東部給食センター
豊田市教育委員会

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
2	月	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	650 21.5
		みそ汁（備蓄用）　**防災の日献立**	豆みそ・凍り豆腐・米みそ・油揚げ	切干しだいこん・みつば		
		じゃがいもと大豆のサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング	**大豆**	にんじん・きゅうり	じゃがいも・マヨネーズ風ドレッシング	
		ツナそぼろ丼	まぐろ（油漬）	スイートコーン・グリンピース	砂糖・ごま	
		野菜ゼリー		野菜ゼリー		
3	火	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	621 24.1
		★八宝菜	★うずら卵・ぶた肉・いか	たまねぎ・はくさい・もやし・にんじん チンゲンサイ	じゃがいもでん粉	
		拌三絲（バンサンスー）		キャベツ・きゅうり・にんじん	はるさめ・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	
4	水	麦ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**麦ごはん**	648 23.9
		パスタスープ	ショルダーベーコン	キャベツ・たまねぎ・にんじん・パセリ	じゃがいも・マカロニ	
		★チーズサラダ	★チーズ	キャベツ・きゅうり	フレンチドレッシング	
		チキンライス	とり肉	たまねぎ・にんじん・グリンピース		
5	木	★クロロール・★飲用牛乳	★飲用牛乳		★クロロール	633 25.1
		★コーンポタージュ	★牛乳・とり肉・★脱脂粉乳・★チーズ	たまねぎ・にんじん・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・★バター	
		コールスローサラダ		キャベツ・にんじん・きゅうり	コールスロードレッシング	
		ウインナー	ウインナー			
6	金	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	623 23.8
		とうがん汁	**油揚げ**・けずりぶし	とうがん・にんじん・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	
		ししゃもフライ・◆ウスターソース	大豆・からふとししゃも		小麦粉・キャッサバでん粉・米ぬか油	
9	月	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	660 24.7
		麦みそ汁	**豆腐**・麦みそ・**油揚げ**・けずりぶし	にんじん・えのきたけ・根深ねぎ	じゃがいも	
		ゆかりあえ		キャベツ・きゅうり・もやし・にんじん しそ(粉)	砂糖	
		レバーとかぼちゃの甘辛煮	とり肉・とりレバー	かぼちゃ	コーンスターチ・じゃがいもでん粉・米ぬか油 砂糖	
10	火	麦ごはん・★飲用牛乳　**たべまるのおすすめ**	★飲用牛乳		**麦ごはん**	713 23.8
		★夏野菜のカレーライス	ぶた肉・★チーズ・★脱脂粉乳	たまねぎ・**なす**・かぼちゃ・にんじん ピーマン	カレールウ（★甘口・辛口）・米ぬか油	
		いかサラダ	いか	キャベツ・きゅうり	ごまドレッシング	
		なしポンチ		パインアップル・**なし（生）**・黄桃		
11	水	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	646 27.6
		★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	
		和風サラダ・◇和風ドレッシング	まぐろ（油漬）	キャベツ・きゅうり・スイートコーン	砂糖・和風ドレッシング	
		大豆のピリ辛炒め	ぶた肉・**大豆**・青大豆	たまねぎ・にんじん・しょうが・にんにく	砂糖・じゃがいもでん粉・ごま油	
12	木	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	682 25.5
		豆腐の中華煮	**豆腐**・ぶた肉・えび	はくさい・たまねぎ・にんじん	じゃがいもでん粉・砂糖・ごま油	
		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	
		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・じゃがいもでん粉・水あめ・大豆油 米ぬか油	
13	金	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	653 26.4
		のっぺい汁　**月見献立**	ちくわ・**油揚げ**・けずりぶし・こんぶ	だいこん・こんにゃく・にんじん・ごぼう 根深ねぎ	さといも・じゃがいもでん粉・ごま油	
		とり肉とキャベツのおひたし	とり肉（蒸）	キャベツ・もやし	砂糖	
		いわしの梅煮	いわし	梅干し	じゃがいもでん粉・砂糖	
		月見だんご			月見だんご	
17	火	★米粉パン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**★米粉パン**	622 28.6
		炒めビーフン	ぶた肉・はんぺん	キャベツ・にんじん・紅しょうが	ビーフン・砂糖・米ぬか油	
		中華あえ	とり肉（蒸）	キャベツ・にんじん・きゅうり	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 とうもろこし	小麦粉・砂糖・ラード	
18	水	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	670 26.2
		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		
		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	
		ささ身大葉梅肉フライ	大豆・とり肉	青じそ・梅干し	小麦粉・とうもろこしでん粉・砂糖・なたね油 米ぬか油	
19	木	★スライスパン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**★スライスパン**	697 25.0
		ラタトゥイユ　**豊田ブランドの日**	ショルダーベーコン	たまねぎ・かぼちゃ・**なす**・トマト・にんじん トマトピューレー・ピーマン・ズッキーニ にんにく・パセリ	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	コールスロードレッシング	
		とよたひまわりポーク入り ハムサンド	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・米ぬか油	
		ももゼリー		**ももゼリー**		

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
20	金	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	658 25.6
		肉だんごと野菜のスープ	肉だんご	はくさい・にんじん・根深ねぎ・しょうが	じゃがいもでん粉	
		切干しだいこんのチャプチェ	ぶた肉	切干しだいこん・にんじん・**しいたけ** ピーマン・しょうが・にんにく	砂糖・ごま・米ぬか油・ごま油	
		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	
24	火	**ソフトめん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		ソフトめん	720 27.5
		トマトソースかけ	ぶた肉	たまねぎ・トマト・にんじん・バジル ローリエ	じゃがいもでん粉・砂糖・オリーブ油	
		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	
		たらナゲット	すけとうだら		小麦粉・とうもろこしでん粉・米粉・なたね油 じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉・ラード 米ぬか油	
		コーヒー牛乳の素			コーヒー牛乳の素	
25	水	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	632 26.2
		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	
		筑前煮	とり肉・けずりぶし	こんにゃく・にんじん・ごぼう・れんこん さやいんげん	砂糖・米ぬか油・ごま油	
		さばの塩焼き	さば		米ぬか油	
26	木	**★ツイストパン・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**★ツイストパン**	627 27.5
		オニオンスープ	とり肉・ショルダーベーコン	たまねぎ・にんじん・パセリ	じゃがいもでん粉	
		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	フレンチドレッシング	
		ハンバーグ **◇中濃ソース（ハンバーグ用）**	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・米ぬか油	
27	金	**麦ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**麦ごはん**	686 24.9
		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	
		キャベツの昆布あえ	こんぶ	キャベツ・もやし・にんじん	砂糖	
		さといもコロッケ	大豆・とり肉		小麦粉・とうもろこしでん粉・さといも・砂糖 なたね油・米ぬか油	
30	月	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	646 27.8
		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	
		★厚焼き卵	★鶏卵・かつおだし・こんぶだし		キャッサバでん粉・砂糖・大豆油・なたね油	

9月の目標「自然の恵みに感謝しよう」

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
●ぶた肉「とよたひまわりポーク」
　・・・とよたひまわりポーク入りハム
●なす　●なし　●しいたけ
●もも・・・ももゼリー

※献立表内では**太字**になっています。

＜今月の季節の食材＞

なし

ピーマン

なす

とうがん

かぼちゃ

※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。

2日（月）防災の日献立

　１日は「防災の日」です。給食では、災害時に備えた食品を活用した献立を実施します。

１３日（金）月見献立

　１７日は「十五夜」です。
　収穫したさといもなどを供えるため「いも名月」とも呼ばれています。
　給食では、さといもが入った「のっぺい汁」を実施します。また、さといもの形をした「月見だんご」がつきます。

１９日（木）豊田ブランドの日

　「とよたひまわりポーク入りハムサンド」や「ももゼリー」など豊田市でとれた食材を使用した献立を実施します。

たべまるのおすすめ

　今月は、10日（火）の 【夏野菜のカレーライス】まる。
　作り方や写真は、豊田市ホームページのトップページ「クックパッド公式キッチン」をクリックするまる。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。

▲豊田市クックパッド公式キッチンはこちらから

たべまる給食　検索

とよた給食ニュース

「**とよた給食ニュース9月号**」を4日（水）に配信します。
左のイラストをタップし、「令和6年9月号」を選択すると見ることができます。

※★は乳または卵を含みます。
※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、学級で配膳する時に使用します。

東部給食センター　　●安全・安心・おいしい給食をお届けします●

2024年度　10月　　学校給食献立一覧表　　小学校　　献立Ａ

東部給食センター
豊田市教育委員会

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
1	火	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	653 23.8
		ちゃんこ汁	肉だんご・ミックスみそ・**油揚げ**	はくさい・にんじん・だいこん・根深ねぎ	じゃがいもでん粉	
		きんぴらごぼう	ぶた肉・はんぺん	ごぼう・にんじん	砂糖・ごま・米ぬか油・ごま油	
		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	
2	水	**麦ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**麦ごはん**	621 23.3
		★五目スープ	★うずら卵・ショルダーベーコン	チンゲンサイ・たまねぎ・にんじん	はるさめ・じゃがいもでん粉	
		キムチチャーハン	ぶた肉	たくあん漬・**キムチ**・にんじん・根深ねぎ	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	
3	木	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	624 22.0
		すまし汁	**豆腐**・かまぼこ・けずりぶし	にんじん・みつば		
		ひじきサラダ **◇マヨネーズ風ドレッシング**	まぐろ（油漬）・ひじき	**キャベツ**・スイートコーン	マヨネーズ風ドレッシング	
		いかカツ **◆ウスターソース**	大豆・いか		小麦粉・とうもろこしでん粉・なたね油・砂糖 じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉・大豆油 パーム油・米ぬか油	
4	金	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	654 23.0
		だいこんと豚肉の煮物	ぶた肉・**焼き豆腐**・はんぺん・けずりぶし	だいこん・にんじん・しょうが	砂糖・じゃがいもでん粉	
		こまつなのおひたし		**キャベツ**・こまつな・にんじん	砂糖	
		和風コロッケ	大豆	にんじん・れんこん	小麦粉・米粉・じゃがいも・じゃがいもでん粉 砂糖・大豆油・なたね油・米ぬか油	
7	月	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	639 24.6
		根菜の煮物	とり肉・はんぺん・けずりぶし	だいこん・にんじん・ごぼう・れんこん	砂糖	
		アーモンドあえ	**油揚げ**	**キャベツ**・もやし・ほうれんそう・にんじん	アーモンド・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	
8	火	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	643 23.8
		さつまいものみそ汁	麦みそ・豆みそ・けずりぶし	だいこん・にんじん・ごぼう・根深ねぎ	さつまいも	
		きのこごはん	とり肉・**油揚げ**	しめじ・にんじん・えのきたけ・**しいたけ**	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・とうもろこし油 米ぬか油	
9	水	**麦ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**麦ごはん**	694 22.1
		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	
		ツナサラダ	まぐろ（油漬）	**キャベツ**・きゅうり	フレンチドレッシング	
		ナタデココポンチ		パインアップル・ナタデココ	カクテルゼリー	
10	木	**★米粉パン・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**★米粉パン**	637 27.6
		焼きそば	ぶた肉・いか・ちくわ・あおのり	**キャベツ**・にんじん・紅しょうが	中華めん・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	
		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	
11	金	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	661 27.0
		★かきたま汁 たべまるのおすすめ	★鶏卵・**豆腐**・かまぼこ・けずりぶし	えのきたけ	じゃがいもでん粉	
		野菜のねりごまあえ	まぐろ（油漬）	**キャベツ**・にんじん・もやし	ごま・砂糖	
		とり肉の香味ソースかけ	とり肉	根深ねぎ・しょうが	とうもろこしでん粉・米ぬか油・ごま油・砂糖	
15	火	**豊田めん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**豊田めん**	675 27.8
		野菜あんかけめん	ぶた肉・かまぼこ・けずりぶし	はくさい・たまねぎ・にんじん・根深ねぎ しょうが	じゃがいもでん粉・ごま油	
		和風サラダ **◇和風ドレッシング**		**キャベツ**・きゅうり・切干しだいこん	ごま・砂糖・和風ドレッシング	
		ししゃもフライ	大豆・からふとししゃも		小麦粉・キャッサバでん粉・米ぬか油	
16	水	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	634 28.7
		すきやき風煮	**焼き豆腐**・ぶた肉	はくさい・こんにゃく・根深ねぎ・えのきたけ	生ふ・砂糖	
		おかかあえ	かつお節	**キャベツ**・にんじん・ほうれんそう	砂糖	
		★厚焼き卵	★鶏卵・かつおだし・こんぶだし		キャッサバでん粉・砂糖・大豆油・なたね油	
17	木	**★ツイストパン・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**★ツイストパン**	640 25.8
		ポークビーンズ	**大豆**・ぶた肉・ショルダーベーコン	たまねぎ・にんじん	じゃがいも・砂糖	
		サワーキャベツ		**キャベツ**・にんじん・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			
18	金	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	656 28.0
		きのこのみそ汁 豊田ブランドの日	ミックスみそ・**油揚げ**・けずりぶし	しめじ・根深ねぎ・えのきたけ・**しいたけ**	じゃがいも	
		★とよたチャンプルー	**生揚げ**・ぶた肉・★鶏卵・かつお節	たまねぎ・にんじん	ごま・米ぬか油	
		あゆの一夜干し揚げ	**あゆ**		米ぬか油	
		ブルーベリーゼリー		**ブルーベリーゼリー**		
21	月	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	669 23.7
		麻婆豆腐	**豆腐**・ぶた肉・豆みそ	たまねぎ・にんじん・根深ねぎ・しょうが	じゃがいもでん粉・砂糖・ごま油	
		中華あえ		**キャベツ**・にんじん	香味野菜ドレッシング・はるさめ	
		大学いも			さつまいも・米ぬか油・砂糖	
22	火	**★りんごパン・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		★りんごパン	723 24.1
		★コーンクリームスープ	★牛乳・★脱脂粉乳・★チーズ	スイートコーン・たまねぎ・パセリ	★ベシャメルソースの素・★生クリーム	
		コールスローサラダ		**キャベツ**・にんじん・きゅうり	コールスロードレッシング	
		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・コーングリッツ なたね油・パーム油・ラード・米ぬか油	

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
23	水	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	663 30.6
		さといものみそ汁	豆みそ・**油揚げ**・けずりぶし	だいこん・にんじん・根深ねぎ	**さといも**	
		五目豆	**大豆**・ぶた肉・こんぶ・けずりぶし	にんじん・ごぼう	砂糖	
		さばの煮つけ	さば	しょうが	砂糖	
		味付けのり	味付けのり			
24	木	**★スライスパン・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**★スライスパン**	647 25.8
		大麦と野菜のスープ	とり肉・ベーコン	たまねぎ・にんじん・**キャベツ**・パセリ	じゃがいも・押麦・米ぬか油	
		フレンチサラダ		**キャベツ**・にんじん・スイートコーン レモン果汁	**なたね油**・砂糖	
		★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	
		ラ・フランスジャム			ラ・フランスジャム	
25	金	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	633 22.8
		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	
		磯香あえ	のり	**キャベツ**・もやし・にんじん	砂糖	
		愛知の野菜入り肉だんご	大豆・とり肉・ぶた肉	たまねぎ・れんこん	じゃがいもでん粉・砂糖・なたね油・ラード	
28	月	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	673 25.6
		豆腐の中華煮	**豆腐**・ぶた肉	はくさい・たまねぎ・にんじん	じゃがいもでん粉・砂糖・ごま油	
		棒々鶏（バンバンジー） ◇棒々鶏ソース	とり肉（蒸）	**キャベツ**・きゅうり		
		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・じゃがいもでん粉・水あめ・大豆油 米ぬか油	
29	火	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	669 25.5
		★おでん	★うずら卵・**生揚げ**・ちくわ・けずりぶし こんぶ	だいこん・こんにゃく	**さといも**	
		ゆかりあえ		**キャベツ**・にんじん・きゅうり・しそ（粉）	砂糖	
		肉みそ	ぶた肉・豆みそ		砂糖	
30	水	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	688 24.6
		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		
		りっちゃんの元気サラダ	ハム・かつお節・こんぶ	**キャベツ**・きゅうり・にんじん スイートコーン	トマトドレッシング・オリーブ油・砂糖	
		レバーとさつまいもの甘辛煮	とり肉・とりレバー		とうもろこしでん粉・さつまいも じゃがいもでん粉・米ぬか油・砂糖	
31	木	**麦ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**麦ごはん**	644 22.7
		★パンプキンポタージュ	★牛乳・★脱脂粉乳・★チーズ	かぼちゃ・たまねぎ・パセリ	★ベシャメルソースの素・★生クリーム ★バター	
		チキンサラダ	とり肉（蒸）	**キャベツ**・にんじん・きゅうり	コールスロードレッシング	
		きんぴらピラフ	ウインナー	たまねぎ・ごぼう・にんじん・えだまめ エリンギ	オリーブ油	

10月の目標「食事のマナーを守って食べよう」

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
　　豊田めん
●大豆「フクユタカ」　・・・水煮大豆、豆腐
　　油揚げ、生揚げ
　　焼き豆腐
●あゆ　●しいたけ　●なたね油
●はくさい・・・キムチ　●さといも　●キャベツ
●ブルーベリー・・・ブルーベリーゼリー

※献立表内では**太字**になっています。

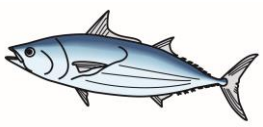
＜今月の季節の食材＞

さつまいも

さといも

きのこ

・しいたけ
・しめじ
・えのきたけ
・エリンギ


かつお

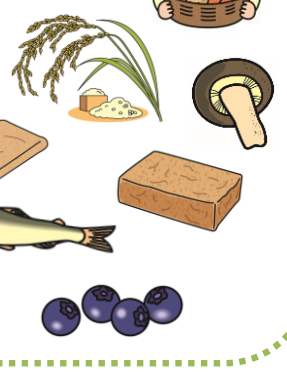
りんご

※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。

１８日（金）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（大地の風）
★きのこのみそ汁…しいたけ、油揚げ
★とよたチャンプルー…生揚げ
★あゆの一夜干し揚げ…あゆ
★ブルーベリーゼリー…ブルーベリー



たべまるのおすすめ

今月は、１１日（金）の【とり肉の香味ソースかけ】まる。
作り方や写真は、豊田市ホームページのトップページ「クックパッド公式キッチン」をクリックするまる。
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

とよた給食ニュース

「**とよた給食ニュース9月号**」が配信されています。
左のイラストをタップし、「令和6年9月号」を選択すると見ることができます。

※★は乳または卵を含みます。
※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、学級で配膳する時に使用します。

東部給食センター　●安全・安心・おいしい給食をお届けします●

2024年度　11月　　学校給食献立一覧表　　小学校　　献立Ａ

東部給食センター
豊田市教育委員会

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
1	金	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	680 26.0
		つくね汁　たべまるのおすすめ	肉だんご・麦みそ・けずりぶし	**だいこん・にんじん**・根深ねぎ		
		糸切昆布の炒め煮	ぶた肉・こんぶ・けずりぶし	**にんじん**	じゃがいも・砂糖・ごま油・米ぬか油	
		ほっけフライ **◆ウスターソース**	ほっけ		小麦粉・じゃがいもでん粉・米ぬか油	
5	火	**★スライスパン・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**★スライスパン**	679 28.6
		★きのこのクリーム煮	★牛乳・とり肉・★脱脂粉乳・★チーズ	たまねぎ・**にんじん**・しめじ・エリンギ	★ベシャメルソースの素・★生クリーム ★バター	
		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	
		フィッシュサンド **◇中濃ソース（サンド用）**	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	
6	水	**三河赤鶏五目ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳・とり肉・油揚げ	ごぼう・しいたけ・にんじん	**ごはん**・砂糖・大豆油	642 28.6
		米粉だんご汁	米みそ・けずりぶし	**はくさい・だいこん・にんじん**・根深ねぎ	米粉だんご	
		ほうれんそうのおかかあえ	かつお節	**キャベツ**・もやし・**ほうれんそう**	砂糖	
		生揚げとかぼちゃのそぼろ煮	**生揚げ**・ぶた肉・けずりぶし	かぼちゃ・しょうが	砂糖・じゃがいもでん粉	
		乾燥小魚	いわし		キャッサバでん粉・砂糖	
7	木	**★りんごパン・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		★りんごパン	710 27.0
		ポトフ	ウインナー	たまねぎ・**だいこん・にんじん**	じゃがいも	
		ツナサラダ	まぐろ（油漬）	**キャベツ・にんじん**・きゅうり スイートコーン	コールスロードレッシング	
		★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	
8	金	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	614 24.5
		わかめスープ	**豆腐**・ショルダーベーコン・わかめ	たまねぎ・**にんじん**		
		豚肉とキムチのみそ炒め	ぶた肉・豆みそ	**キャベツ・キムチ・にんじん**	砂糖・じゃがいもでん粉	
		いかカツ	大豆・いか		小麦粉・とうもろこしでん粉・砂糖・大豆油 じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉 なたね油・パーム油・米ぬか油	
11	月	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	631 22.7
		さつま汁	とり肉・麦みそ・けずりぶし	**だいこん・にんじん**・ごぼう・根深ねぎ	さつまいも	
		アーモンドあえ		**キャベツ**・もやし・ほうれんそう・**にんじん**	アーモンド・砂糖	
		ししゃもフライ	大豆・からふとししゃも		小麦粉・キャッサバでん粉・米ぬか油	
		抹茶ふりかけ			**抹茶ふりかけ**	
12	火	**中華めん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**中華めん**	698 26.1
		塩ラーメン	ぶた肉・かまぼこ	**キャベツ**・もやし・**にんじん**・根深ねぎ スイートコーン・しょうが・にんにく	じゃがいもでん粉	
		中華あえ	まぐろ（油漬）	**キャベツ・にんじん**・きゅうり	香味野菜ドレッシング・はるさめ	
		揚げぎょうざ	ぶた肉	にら・キャベツ・しょうが・たまねぎ	小麦粉・キャッサバでん粉・砂糖・ラード 米ぬか油	
		豆乳パンナコッタ			豆乳パンナコッタ	
13	水	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	668 27.5
		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	
		★納豆巻き	**納豆**・★チーズ	パセリ	砂糖	
		手巻きのり	のり			
14	木	**★ツイストパン・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**★ツイストパン**	591 23.3
		ミネストローネ	とり肉	たまねぎ・トマト・**にんじん**・セロリ にんにく・パセリ	じゃがいも・いんげんまめ・マカロニ オリーブ油	
		コーンコールスローサラダ		**キャベツ**・スイートコーン・**にんじん**	コールスロードレッシング	
		ウインナー	ウインナー			
15	金	**麦ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**麦ごはん**	725 25.6
		★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	フレンチドレッシング	
		みかん(生)		みかん（生）		
18	月	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	694 24.7
		八杯汁	**豆腐**・けずりぶし	**だいこん・にんじん**・根深ねぎ	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	
		レバーとこんにゃくの甘辛煮	とり肉・とりレバー	こんにゃく	とうもろこしでん粉・じゃがいもでん粉 米ぬか油・砂糖	
19	火	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	662 25.7
		★はるさめスープ	★うずら卵・ベーコン	**はくさい・にんじん**	はるさめ・じゃがいもでん粉	
		ビビンバ丼	ぶた肉	もやし・ほうれんそう・**にんじん**・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・なたね油・ごま油・砂糖	
20	水	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	733 22.9
		とよたひまわりポークの赤だし	**豆腐・ぶた肉**・豆みそ・**油揚げ**・米みそ けずりぶし	**だいこん・にんじん**・ごぼう・根深ねぎ		
		青菜あえ　あいち県民の日献立		**キャベツ・はくさい**・もやし・**にんじん** 菜めし粉		
		豊田市産じゃがいもコロッケ	ぶた肉	たまねぎ	小麦粉・**じゃがいも**・砂糖・米ぬか油	
		おにまんじゅう			おにまんじゅう	

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー（kcal） たんぱく質（g）
21	木	**★米粉パン・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**★米粉パン**	624 26.8
		炒めビーフン	ぶた肉・はんぺん	**キャベツ**・**にんじん**・紅しょうが	ビーフン・砂糖・米ぬか油	
		りんごポンチ		パインアップル・りんご（生）・黄桃		
		しゅうまい	ぶた肉	しょうが・たまねぎ	小麦粉・じゃがいもでん粉	
25	月	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	642 26.2
		のっぺい汁	ちくわ・**油揚げ**・けずりぶし・こんぶ	こんにゃく・**にんじん**・ごぼう・根深ねぎ **しいたけ**	**さといも**・じゃがいもでん粉・ごま油	
		和風サラダ **◇和風ドレッシング**	とり肉（蒸）	**キャベツ**・きゅうり・切干しだいこん	ごま・砂糖・和風ドレッシング	
		さばのみそ煮	豆みそ・さば		砂糖	
		なしゼリー		**なしゼリー**		
26	火	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	692 27.8
		すきやき風煮	ぶた肉・**焼き豆腐**	**はくさい**・こんにゃく・根深ねぎ	砂糖	
		海藻サラダ	ひじき・わかめ	**キャベツ**・きゅうり・**にんじん**	香味野菜ドレッシング	
		たらナゲット	すけとうだら		小麦粉・とうもろこしでん粉・米粉 じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉 なたね油・ラード・米ぬか油	
27	水	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	646 23.5
		★たまごスープ	★鶏卵・ショルダーベーコン	たまねぎ・**にんじん**	じゃがいもでん粉	
		うま塩キャベツ		**キャベツ**・きゅうり・**にんじん** 切干しだいこん・にんにく	ごま油	
		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	
28	木	**ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**ごはん**	663 24.1
		みそ汁	**豆腐**・豆みそ・**油揚げ**・けずりぶし・わかめ	たまねぎ・根深ねぎ		
		だいこんサラダ **◇マヨネーズ風ドレッシング**	まぐろ（油漬）	**だいこん**・きゅうり・**にんじん**	砂糖・マヨネーズ風ドレッシング	
		和風照り焼きハンバーグ	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・砂糖・じゃがいもでん粉・米ぬか油	
29	金	**麦ごはん・★飲用牛乳**	★飲用牛乳		**麦ごはん**	635 22.7
		★中華飯	★うずら卵・ぶた肉・いか	**はくさい**・たまねぎ・**にんじん**・チンゲンサイ	じゃがいもでん粉	
		ナムル		もやし・**キャベツ**・きゅうり・**にんじん**	ごま・砂糖・ごま油	
		ショウロンポウ	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	

日本型食生活週間

11月の目標「栄養のバランスを考えて食べよう」

豊田の農産物

●米「大地の風」　・・・ごはん、麦ごはん、米粉パン、三河赤鶏五目ごはん
●小麦「きぬあかり」　・・・スライスパン、ツイストパン、中華めん
●大豆「フクユタカ」　・・・水煮大豆、豆腐、油揚げ、生揚げ、焼き豆腐、納豆
●にんじん　●しいたけ　●ほうれんそう　●だいこん
●さといも　●キャベツ　●ぶた肉「とよたひまわりポーク」
●はくさい　●はくさい・・・キムチ
●じゃがいも　・・・豊田市産じゃがいもコロッケ
●なし・・・なしゼリー　●茶・・・抹茶ふりかけ

※献立表内では**太字**になっています。

日本型食生活週間

25日(月)～29日(金)

主食・主菜・副菜を組み合わせた「日本型食生活」を知ることができる献立を実施します。

日本型食生活とは、主食のごはんを中心に、肉・魚などの「主菜」、野菜・海藻、豆・豆製品などを使った「副菜」や「汁物」などを組み合わせた栄養のバランスに優れた食生活のことです。

＜今月の季節の食材＞

さば　さといも　さつまいも　ほうれんそう　だいこん　ねぎ　みかん　りんご

２０日（水）　あいち県民の日献立

11.27 あいち県民の日

愛知県の**郷土料理**や**愛知県でとれた食材**を使用した献立を実施します。

★ごはん…**米（大地の風）**
★飲用牛乳…**牛乳**
★**とよたひまわりポークの赤だし**…**ぶた肉（とよたひまわりポーク）、豆腐、油揚げ、にんじん、だいこん、豆みそ、米みそ**
★青菜あえ…**キャベツ、はくさい、にんじん**
★豊田市産じゃがいもコロッケ…**じゃがいも**
★**おにまんじゅう**

おにまんじゅう

コロッケができるまでの動画はこちら

とよたの給食　検索

たべまるのおすすめ

今月は、１日（金）の【糸切昆布の炒め煮】まる。
作り方や写真は、豊田市ホームページのトップページ「クックパッド公式キッチン」をクリックするまる。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。

▲豊田市クックパッド公式キッチンはこちらから

たべまる給食　検索

※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。

※★は乳または卵を含みます。
※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、学級で配膳する時に使用します。

東部給食センター　●安全・安心・おいしい給食をお届けします●

2024年度　12月　　学校給食献立一覧表　　小学校　　献立Ａ

東部給食センター
豊田市教育委員会

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)
2	月	ごはん（ミネアサヒ）・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	653 27.3
		とよたのみそ汁　豊田ブランドの日	**豆腐**・豆みそ・けずりぶし	**はくさい・だいこん・葉ねぎ・しいたけ**	
		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
		レバーと大豆のごまがらめ	とり肉・**大豆**・とりレバー		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
3	火	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	614 24.6
		ふだま汁	**豆腐**・けずりぶし	**にんじん・はくさい**・えのきたけ・みつば	豆玉ふ
		切干しだいこんのソース炒め	ぶた肉・ちくわ・あおのり	**キャベツ**・切干しだいこん・もやし 紅しょうが	米ぬか油
		ししゃもフライ	大豆・からふとししゃも		小麦粉・キャッサバでん粉・米ぬか油
4	水	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	692 22.7
		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**・さやいんげん	じゃがいも・砂糖
		れんこんサラダ ◇和風ドレッシング	青大豆	**キャベツ**・れんこん・スイートコーン	砂糖・和風ドレッシング
		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
5	木	★米粉パン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**★米粉パン**	694 28.2
		★かぶとはくさいのクリームスープ	★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・**はくさい**・かぶ・**にんじん**	★ベシャメルソースの素・★生クリーム ★バター
		ブロッコリーサラダ ◇サウザンアイランドドレッシング		**キャベツ**・ブロッコリー・スイートコーン	サウザンアイランドドレッシング
		ミンチカツ	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 じゃがいもでん粉・砂糖・なたね油・米ぬか油
6	金	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	651 26.2
		だいこんのそぼろ煮	ぶた肉・**生揚げ**・けずりぶし	**だいこん・にんじん**・しょうが	砂糖・じゃがいもでん粉
		ひじきサラダ	まぐろ（油漬）・ひじき	**キャベツ**・きゅうり	ごまドレッシング・ごま
		★厚焼き卵	★鶏卵・かつおだし・こんぶだし		キャッサバでん粉・砂糖・大豆油・なたね油
9	月	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	643 24.8
		豆乳のバランスみそ汁	**豆腐**・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**	じゃがいも
		根菜のきんぴら	ぶた肉	ごぼう・れんこん・**にんじん**	砂糖・米ぬか油・ごま油
		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
10	火	ソフトめん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ソフトめん	690 26.8
		ミートソースかけ	ぶた肉	たまねぎ・トマト・**にんじん**・グリンピース	じゃがいもでん粉・砂糖・米ぬか油
		フレンチサラダ		**キャベツ**・スイートコーン・**にんじん** きゅうり・レモン果汁	オリーブ油・砂糖
		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・コーングリッツ なたね油・パーム油・ラード・米ぬか油
		コーヒー牛乳の素			コーヒー牛乳の素
11	水	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	646 30.3
		★高野豆腐の卵とじ	ぶた肉・★鶏卵・凍り豆腐・けずりぶし	たまねぎ・**にんじん**・さやいんげん	じゃがいも・砂糖
		ごま酢あえ	とり肉（蒸）	**キャベツ**・もやし・きゅうり・しょうが	砂糖・ごま
		わかさぎのから揚げ	わかさぎ		米粉・じゃがいもでん粉・米ぬか油
12	木	★ツイストパン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**★ツイストパン**	665 24.7
		ポトフ	ウインナー	たまねぎ・**だいこん・にんじん**	じゃがいも
		大豆とツナのサラダ	**大豆**・まぐろ（油漬）	**キャベツ・にんじん**	コールスロードレッシング
		みかん(生)		みかん（生）	
13	金	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	643 24.3
		★五目スープ　たべまるのおすすめ	★うずら卵	チンゲンサイ・たまねぎ・もやし・**にんじん**	はるさめ・じゃがいもでん粉
		キムチチャーハン	ぶた肉	たくあん漬・**キムチ・にんじん**・根深ねぎ	ごま油・ごま
		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
16	月	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	689 25.8
		のっぺい汁	ちくわ・**油揚げ**・けずりぶし・こんぶ	**だいこん**・こんにゃく・**にんじん**・ごぼう 根深ねぎ	**さといも**・じゃがいもでん粉・ごま油
		和風サラダ ◇和風ドレッシング	まぐろ（油漬）	**キャベツ・にんじん**・きゅうり	砂糖・和風ドレッシング
		さばの塩焼き	さば		
17	火	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	625 23.4
		豆腐の中華煮	**豆腐**・ぶた肉	**はくさい**・たまねぎ・**にんじん**・たけのこ	じゃがいもでん粉・砂糖・ごま油
		拌三絲（バンサンスー）		**キャベツ**・きゅうり・**にんじん**	はるさめ・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
18	水	麦ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**麦ごはん**	752 26.8
		★カレーライス	ぶた肉・★チーズ・★脱脂粉乳	たまねぎ・**にんじん**・グリンピース	じゃがいも・カレールウ（★甘口・辛口）
		サワーキャベツ		**キャベツ**・きゅうり・スイートコーン・**にんじん** レモン果汁	砂糖
		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
19	木	★スライスパン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**★スライスパン**	675 30.4
		オニオンスープ	とり肉・ショルダーベーコン	たまねぎ・**にんじん**・パセリ	
		マセドアンサラダ		**にんじん**・スイートコーン・きゅうり	じゃがいも・コールスロードレッシング
		チーズハンバーグサンド （ハンバーグ・★スライスチーズ） ◇中濃ソース（サンド用）	牛肉・とり肉・ぶた肉・★チーズ	たまねぎ	小麦粉・じゃがいもでん粉・砂糖

日	曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるもとになる食品 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とになる食品 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になる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)
20	金	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**ごはん**	662 26.0
		かぼちゃのみそ汁	**豆腐**・米みそ・**油揚げ**・いりこだし	かぼちゃ・たまねぎ・根深ねぎ		
		はくさいのごまあえ		**はくさい**・もやし・**にんじん**	ごま・砂糖	
		ぶりのから揚げ	ぶり	しょうが	じゃがいもでん粉・米ぬか油	
23	月	麦ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		**麦ごはん**	748 26.3
		パスタスープ	ベーコン	たまねぎ・**キャベツ**・**にんじん**・パセリ	マカロニ	
		チキンライス	とり肉	たまねぎ・**にんじん**・グリンピース	米ぬか油	
		★オムレツ	★鶏卵		キャッサバでん粉・砂糖・なたね油	
		豆乳プリンタルト			豆乳プリンタルト	

冬至献立

クリスマス献立

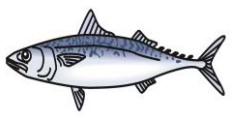
12月の目標「寒さに負けない食事をしよう」

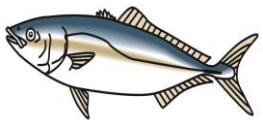
豊 田 の 農 産 物

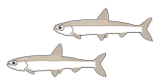
●米「大地の風」
　「特別栽培米ミネアサヒ(赤とんぼ米)」
　…ごはん、麦ごはん、米粉パン
●小麦「きぬあかり」
　…スライスパン、ツイストパン
●大豆「フクユタカ」
　…水煮大豆、豆腐、油揚げ、生揚げ
●さといも　●キャベツ　●にんじん
●はくさい　●はくさい…キムチ
●葉ねぎ　●ほうれんそう
●だいこん　●しいたけ

※献立表内では**太字**になっています。

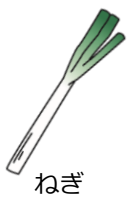
＜今月の季節の食材＞


さば


ぶり


わかさぎ

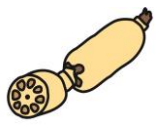
はくさい

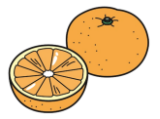

ねぎ

だいこん

ブロッコリー

ほうれんそう

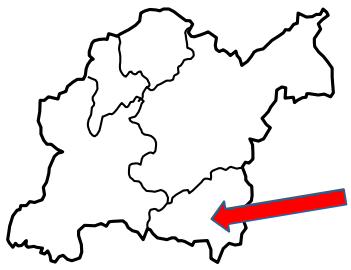

れんこん


みかん

2日(月)　豊田ブランドの日

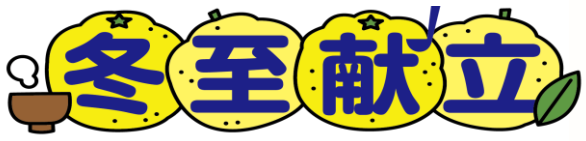
豊田市でとれた食材を使用した献立です。

●ごはん…米（特別栽培米ミネアサヒ「赤とんぼ米」）
●とよたのみそ汁…豆腐・はくさい・だいこん・しいたけ・葉ねぎ
●おかかあえ…キャベツ・ほうれんそう・にんじん
●レバーと大豆のごまがらめ…大豆


下山地区

生産者の方々は、農産物を一生懸命作っています。
感謝の気持ちを込めて給食を食べましょう。

冬至献立

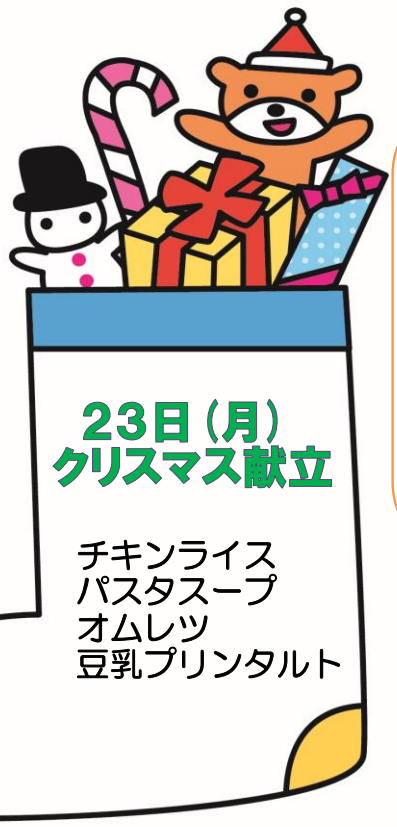


20日(金)

かぼちゃのみそ汁

1年の中で一番、昼が短く、夜が長くなる日を「冬至」と呼びます。
冬至の日は、ゆずを浮かべた「ゆず湯」に入って体を温め、栄養のある「かぼちゃ」を食べるとかぜをひきにくいといわれています。

今年の冬至は
12月21日(土)です。



23日(月)
クリスマス献立

チキンライス
パスタスープ
オムレツ
豆乳プリンタルト

たべまるのおすすめ

今月は、１３日（金）の【キムチチャーハン】まる。
作り方や写真は、豊田市ホームページのトップページ「クックパッド公式キッチン」をクリックするまる。
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。

▲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。
　飲用牛乳とは200mLパック入りの牛乳です。

※★は乳または卵を含みます。
※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、学級で配膳する時に使用します。

東部給食センター　　●安全・安心・おいしい給食をお届けします●