



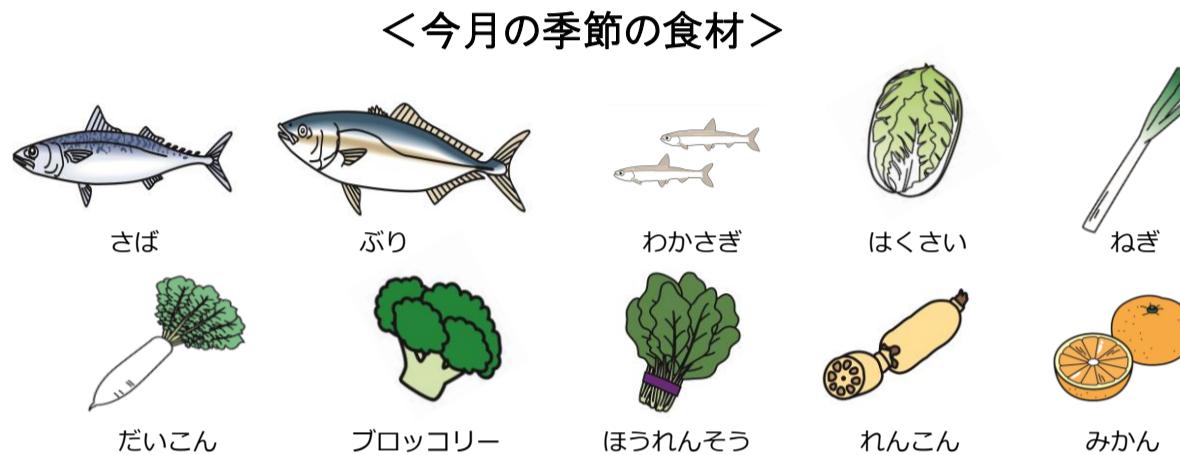
日曜日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるものになる食品 魚・肉・卵・豆・豆製品 牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑のグループ おもに体の調子を整えるものになる食品 色のこい野菜・その他の野菜 きのこ・果物	黄のグループ おもにエネルギーのものになる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
2月	ごはん (ミネアサヒ) ・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	653 27.3
	とよたのみそ汁 豊田ブランドの日	豆腐・豆みそ・けずりぶし	はくさい・だいこん・葉ねぎ・しいたけ		
	おかかあえ	かつお節	キャベツ・もやし・ほうれんそう・にんじん	砂糖	
	レバーと大豆のごまだらめ WE LOVE とよた	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 △サウサ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	サウサ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・コーングリット なたね油・バーム油・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	ワイン	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 野菜入りしゅうまい	ぶた肉	たくあん漬・キムチ・にんじん・根深ねぎ	ごま油・ごま	
		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
	のつpei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 (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	
	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	緑のグループ	黄のグループ	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		おもに体をつくるものとなる食品 魚・肉・卵・豆・豆製品 牛乳・乳製品・小魚・海藻	おもに体の調子を整えるものとなる食品 色のこい野菜・その他の野菜 きのこ・果物	おもにエネルギーのものとなる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	
20 金	ごはん・★飲用牛乳 かぼちゃのみぞ汁 はくさいのごまあえ ぶりのから揚げ	★飲用牛乳 豆腐・米みそ・油揚げ・いりこだし ぶり	かぼちゃ・たまねぎ・根深ねぎ はくさい・もやし・にんじん しょうが	ごはん ごま・砂糖 じゃがいもでん粉・米ぬか油	662 26.0
	麦ごはん・★飲用牛乳 パスタスープ チキンライス ★オムレツ	★飲用牛乳 ベーコン とり肉 ★鶏卵	たまねぎ・キャベツ・にんじん・パセリ たまねぎ・にんじん・グリンピース	麦ごはん マカロニ 米ぬか油 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	
12月の目標「寒さに負けない食事をしよう」					

豊田の農産物

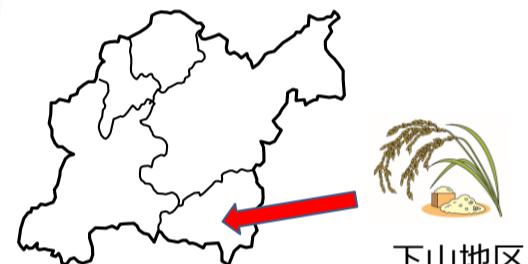
- 米「大地の風」
「特別栽培米ミネアサヒ(赤とんぼ米)」
…ごはん、麦ごはん、米粉パン
- 小麦「きぬあかり」
…スライスパン、ツイストパン
- 大豆「フクユタカ」
…水煮大豆、豆腐、油揚げ、生揚げ
- さといも ●キャベツ ●にんじん
- はくさい ●はくさい…キムチ
- 葉ねぎ ●ほうれんそう
- だいこん ●しいたけ

※献立表内では太字になっています。



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」)
- とよたのみぞ汁…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

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)

かぼちゃのみぞ汁

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

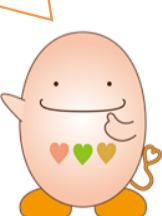
たべまるのおすすめ

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。
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。