



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とになる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	
3月	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	646 25.3
	かしわ汁	とり肉・けずりぶし	だいこん・にんじん・根深ねぎ	さといも	
	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	
	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	
4火	麦ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		麦ごはん	689 22.5
	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	
	ピーンズサラダ	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・みかん・黄桃		
5水	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	691 28.2
	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	
	切干しだいこんの酢の物		キャベツ・にんじん・切干しだいこん しょうが	砂糖	
	ちくわの天ぷら	ちくわ		小麦粉・米ぬか油	
	のり佃煮	かつお・いわし・のり		砂糖・水あめ	
6木	★スライスパン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		★スライスパン	678 26.9
	★キャロットポタージュ	★牛乳・ショルダーベーコン・★脱脂粉乳 ★チーズ	たまねぎ・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	
	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	
	えびカツサンド △中濃ソース（サンド用）	大豆・えび		小麦粉・じゃがいもでん粉・砂糖・なたね油 どうもろこし油・米ぬか油・キャッサバでん粉	
7金	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	665 25.4
	キムチ入りみそ汁	ぶた肉・豆腐・豆みそ・油揚げ・けずりぶし	キムチ・だいこん・にんじん・ごぼう 根深ねぎ		
	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・しょうが	じゃがいもでん粉・砂糖・なたね油	
10月	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	728 30.0
	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		
	肉じゃが	ぶた肉	たまねぎ・にんじん・グリンピース	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			
12水	ひまわり型クッキー			ひまわり型クッキー	
	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	639 27.8
	★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	
	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	
	いわしのかば焼き	いわし	しょうが	米粉・じゃがいもでん粉・米ぬか油・砂糖	
13木	麦ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		麦ごはん	667 24.5
	五目スープ	豆腐	たまねぎ・チンゲンサイ・にんじん	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	
	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	
14金	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	646 26.0
	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	
	こまつなのおひたし		キャベツ・もやし・こまつな・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月	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	653 28.2
	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	
	野菜のねりごまあえ		キャベツ・もやし・ほうれんそう	ごま・砂糖	
	さばの塩焼き	さば			
18火	ソフトめん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ソフトめん	671 28.0
	ミートソースかけ	ぶた肉	たまねぎ・トマト・にんじん	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・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	
	ワインナー	ワインナー			
19水	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	648 29.4
	ひきずり	とり肉・焼き豆腐	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・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	
20木	★りんごパン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		★りんごパン	714 25.7
	ポトフ	ワインナー	たまねぎ・だいこん・にんじん	じゃがいも	
	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	
	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	
21金	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	699 25.4
	ピリット厚揚げ	生揚げ・ぶた肉	はくさい・にんじん・根深ねぎ・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	
	棒々鶏（パンパンジー） △棒々鶏ソース	とり肉（蒸）	キャベツ・きゅうり		
	大学いも			さつまいも・米ぬか油・砂糖	

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	緑のグループ おもに体の調子を整えるものになる食品	黄のグループ おもにエネルギーのもとになる食品	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		魚・肉・卵・豆・豆製品 牛乳・乳製品・小魚・海藻	色のこい野菜・その他の野菜 きのこ・果物	米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	
25 火	★米粉パン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		★米粉パン	615 26.3
	焼きそば	ぶた肉・いか・ちくわ・あおのり	キャベツ・にんじん・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・とうもろこしでん粉・米でん粉 キャッサバでん粉・ラード	
26 水	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	697 27.0
	★みそ煮込みおでん	★うずら卵・生揚げ・ぶた肉・豆みそ はんぺん・けずりぶし・こんぶ	だいこん・こんにゃく	さといも・砂糖	
	磯香あえ	のり	キャベツ・もやし・にんじん	砂糖	
	ししやもフライ	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	
27 木	★ツイストパン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		★ツイストパン	645 24.0
	★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	
	コールスローサラダ	たべまるの おすすめ	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	
	いよかん(生)		いよかん(生)		
28 金	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	678 25.0
	米粉だんご汁	ミックスみそ・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	
	たくあんあえ		キャベツ・たくあん漬・きゅうり	ごま・砂糖	
	レバーと大豆の甘辛煮	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	

## 2月の目標「日本の伝統的な食文化を知ろう」

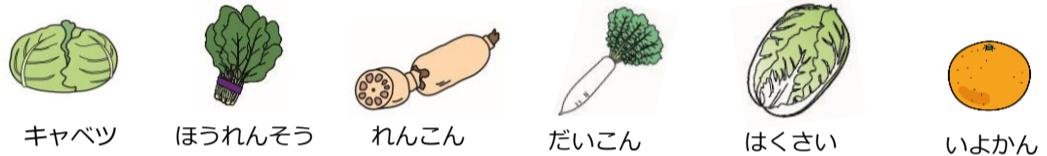
### 豊田の農産物

- 米「大地の風」…ごはん、麦ごはん、米粉パン  
三河赤鶏五目ごはん  
ひまわり型クッキー
- 小麦「きぬあかり」…スライスパン、ツイストパン  
ひまわり型クッキー
- 大豆「フクユタカ」…水煮大豆、豆腐、焼き豆腐  
生揚げ、油揚げ、納豆
- はくさい…キムチ ●さつまいも
- 茶…ひまわり型クッキー

※献立表内では太字になっています。



### <今月の季節の食材>



### 10日(月) 博物館献立



豊田市博物館

豊田市博物館では、令和7年1月18日(土)～令和7年4月6日(日)の間、市内の様々な郷土食が展示され、そのうちの一つに学校給食も展示されています。

10日(月)は、展示されている給食を再現した献立です。

#### 納豆あえは郷土食!?

給食の人気メニューである納豆あえは、昭和50年ごろに考案されました。

全国的にもめずらしいメニューのため、博物館に展示されることになりました。



#### ひまわり型クッキーが初登場!

豊田市産の小麦「きぬあかり」、米「大地の風」、茶を使用したクッキーが登場します。市の花であるひまわりをイメージした形になっています。



### たべまるのおすすめ

今月は、27日(木)の【マカロニのクリーム煮】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



### とよた給食ニュース

「とよた給食ニュース1月号」が配信されています。  
左のイラストをタップし、「令和7年1月号」を選択すると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●