



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)
		主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・骨ごと食べられる小魚・海藻	主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	主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	
9 木	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	624 25.3
	豆腐の中華煮	豆腐・ぶた肉	たまねぎ・はくさい・にんじん	じゃがいもでん粉・砂糖・ごま油	
	シャキシャキナムル	とり肉(蒸)・のり	もやし・ほうれんそう・にんじん・れんこん	砂糖・ごま・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 スイートコーン	小麦粉・砂糖・ラード	
10 金	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	660 27.0
	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・こんにやく・にんじん ごぼう・根深ねぎ・えのきたけ		
	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	
	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	
13 月	麦ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		麦ごはん	662 23.7
	豚丼	ぶた肉	たまねぎ・しらたき・にんじん・しょうが	砂糖	
	おひたし	油揚げ	キャベツ・もやし・にんじん	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	
14 火	★米粉パン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		★米粉パン	605 26.3
	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	
	チンゲンサイの中華あえ		もやし・チンゲンサイ・きゅうり・にんじん	砂糖・ごま油	
	ぎょうざ	大豆・とり肉・ぶた肉	にら・キャベツ・たまねぎ	小麦粉・とうもろこしでん粉 キャッサバでん粉・ラード	
15 水	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	658 25.5
	たけのこのすまし汁	豆腐・けずりぶし	だいこん・にんじん・たけのこ・えのきたけ みつば		
	ちらしずし	ちくわ・油揚げ	にんじん・れんこん・かんぴょう	砂糖	
	さわらの西京焼き	さわら・米みそ		砂糖	
	花見だんご			花見だんご	
16 木	★ツイストパン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		★ツイストパン	656 28.1
	ポークビーンズ	大豆・ぶた肉・ベーコン	たまねぎ・にんじん	じゃがいも・砂糖	
	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	
	ウインナー	ウインナー			
17 金	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	664 24.6
	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	
	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	
	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	
20 月	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	646 27.8
	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	じゃがいも・砂糖・じゃがいもでん粉	
	おかかあえ	油揚げ・かつお節	キャベツ・ほうれんそう・もやし・にんじん	砂糖	
	★厚焼き卵	★鶏卵		キャッサバでん粉・砂糖・大豆油・なたね油	
21 火	白玉うどん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		白玉うどん	726 31.3
	肉うどん	ぶた肉・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	
	いかの天ぷら	いか		小麦粉・とうもろこしでん粉・なたね油 米ぬか油	
	乾燥小魚	いわし		キャッサバでん粉・砂糖	
22 水	赤飯・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん・もち米・あずき	677 25.3
	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	焼きふ	
	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・にんじん	ごま・砂糖・和風ドレッシング	
	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	
	いちごクレープ			いちごクレープ	
23 木	★スライスパン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		★スライスパン	649 23.6
	レタス入りパスタスープ	ベーコン	たまねぎ・レタス・にんじん	じゃがいも・マカロニ	
	コーンサラダ		キャベツ・にんじん・スイートコーン	コーンクリーミードレッシング	
	ハンバーグサンド・◇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	
24 金	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	657 24.7
	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	
	青菜あえ		キャベツ・もやし・にんじん・菜めし粉		
	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 月	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	682 25.3
	かしわ汁	とり肉・油揚げ・けずりぶし	だいこん・にんじん・根深ねぎ		
	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	
	さばの塩焼き	さば			
28 火	麦ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		麦ごはん	727 25.2
	★カレーライス	ぶた肉・★チーズ・★脱脂粉乳	たまねぎ・にんじん・グリーンピース	じゃがいも・カレールウ(★甘口・辛口)	
	チキンサラダ	とり肉(蒸)	キャベツ・にんじん・きゅうり	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・りんご		

花見献立

入学・進級  
祝い献立

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)
		主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・骨ごと食べられる小魚・海藻	主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	主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	
30木	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	628 25.3
	★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	
	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	
	ししゃもフライ	からふとししゃも		小麦粉・コーンフラワー とうもろこしでん粉・米ぬか油	
	抹茶ふりかけ			抹茶ふりかけ	

## 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。

### 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
- はくさい…キムチ
- 茶…抹茶ふりかけ



### 主に体をつくるものになる食品

たんぱく質・無機質（加ゆなど）を多く含む食品



魚・肉・卵  
豆・豆製品  
牛乳・乳製品  
骨ごと食べられる小魚  
海藻

### 主に体の調子を整えるものになる食品

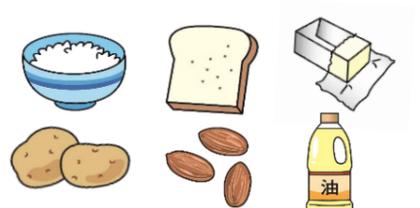
ビタミンや無機質を多く含む食品



色のこい野菜  
その他の野菜  
きのこ・果物

### 主にエネルギーのものになる食品

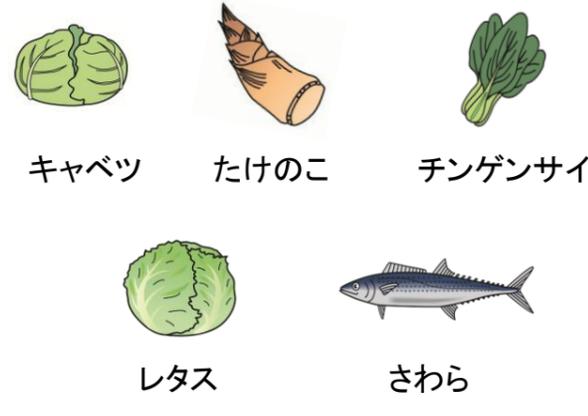
炭水化物・脂質を多く含む食品



米・パン・めん  
いも・砂糖・菓子  
油脂類・種実類

※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。  
普通の食事でも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>



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



### 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、30日(木)の【うま塩キャベツ】まる。  
作り方や写真は、下の二次元コードを読み込むか、たべまるをタップしてレシピの検索画面に「たべまる給食」と入れるとすぐに見つかるまる。

### 入学・進級祝い献立 22日(水)

- ・赤飯
- ・えびカツ
- ・和風サラダ
- ・ふだま汁
- ・いちごクレープ



### 花見献立 15日(水)

- ・ちらしずし
- ・花見だんご




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



### 給食だより

「給食だより」を4月3日(金)に配信します。  
左のイラストをタップし、「令和8年4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「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。