



曜日	献立名	赤のグループ 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	緑のグループ 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	黄のグループ おもにエネルギーのもととなる食品 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	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	スライスパン・飲用牛乳	飲用牛乳		スライスパン	482 16.1
	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	
	ショウロンボウ	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	米粉パン・飲用牛乳	飲用牛乳		米粉パン	549 23.3
	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	ベシヤメルソースの素・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	コールスロウドレッシング	
	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	こんにやく・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	
12火	いわしの梅煮	いわし	梅干し	じゃがいもでん粉・砂糖	538 21.5
	ツイストパン・飲用牛乳	飲用牛乳		ツイストパン	
	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	
13水	ウインナー	ウインナー			588 18.4
	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	
	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（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	
14木	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	519 18.9
	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	
	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	
15金	ししやもフライ・◆ウスターソース	大豆・からふとししやも		小麦粉・キャッサバでん粉・米ぬか油	547 21.3
	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	
	豚汁	ぶた肉・豆みそ・けずりぶし	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		
	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	
18月	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	647 20.1
	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	
	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	白玉ふ	
	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	
19火	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）	539 23.1
	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	
	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	
21木	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	515 19.7
	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	
	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				



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となる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・かし・油脂類・種実類	
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 グリーンピース	スパゲティ・米ぬか油	
	フルーツゼリーミックス		黄桃・パイナップル・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・なたね油 じゃがいもでん粉・砂糖・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」

<今月の季節の食材>



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



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。