



ひ に ち	よ う び	しゅ しゅく 主 食	ぎ やう に ゆう	しゅ さい ふく さい 主 菜・副 菜・デ ザート	おもにしようするざいりょう			エ ネ ル ギ ー kcal たん ぱく し つ g	ラ ン チ ル ーム
					ねつやちからに なるもの	ちやきんにくを つくるもの	からだのちょうし をととのえる		
1	金	ごはん・ふりかけ	○	かぼちゃコロッケ ポイルキャベツ やさいのみそしる	こめ じゃがいも ごま あぶら パンこ こむぎこ	ぎゆうにゆう いりこ ぶたにく こんぶ たまご あぶらあげ	かぼちゃ にんじん たまねぎ だいこん なす キャベツ	687 24.2	6-3
4	月	まめいりタコライス	○	コーンサラダ くだもの	こめ さとう あぶら	ぎゆうにゆう チーズ ひよこまめ ぶたにく	トマト きゅうり セロリ パセリ にんじん コーン	633 23.4	5-1
5	火	ひやしちゅうかめん	○	とうもろこし くだもの	ちゅうかめん さとう あぶら ごまあぶら	ぎゆうにゆう あぶらあげ とりにく えび	こまつな にんじん もやし とうもろこし キャベツ こまつな	593 26.8	5-2
6	水	マーブルココアパン	○	ムサカ(ギリシャ料理) くだもの まめスープ(ギリシャ料理)	パン じゃがいも オリーブオイル こむぎこ バター	ぎゆうにゆう ぶたにく チーズ ヨーグルト ひよこまめ	なす トマト にんじん セロリ パセリ マッシュルーム キャベツ	619 23.9	5-3
7	木	てまきごもくずし	ジュ ース	ささかまとアスパラのてんぷら たなばたじる	こめ こむぎこ そうめん ふ ごま かたくりこ	ささかま とりにく あぶらあげ たまご のり かまぼこ	セレクトのみもの たけのこ かんぴょう しいたけ いんげん	535 16.7	5-4
8	金	ごはん・ごましお	○	なごやみそカツ キャベツ わかたけじる	こめ ごま さとう こむぎこ パンこ あぶら	ぎゆうにゆう ぶたにく たまご とりにく	キャベツ たけのこ にんじん ながねぎ	622 28.6	4-1
11	月	ごはん・なつとう	○	きびなごからあげ やさいのもの くだもの	こめ こむぎこ こんにやく ごま あぶら かたくりこ	ぎゆうにゆう なつとう きびなご とりにく かつおぶし	だいこん しいたけ にんじん ごぼう こまつな たけのこ	569 24.7	4-2
12	火	やきカレーパン	○	もずくとなつやさいのたまごスープ パインヨーグルト	パン パンこ あぶら かたくりこ こむぎこ さとう	ぎゆうにゆう ぶたにく もずく ヨーグルト たまご	にんじん たまねぎ トマト レタス パインかんづめ	542 23.4	4-3
13	水	ゆかりごはん	○	むろあじのハンバーグ おひたし わかめコーンスープ	こめ パンこ かたくりこ ごま あぶら さとう	ぎゆうにゆう あじ ぶたにく たまご とりにく スキムミルク	にんじん たまねぎ ゆかり コーン こまつな ながねぎ	594 28.9	3-1
14	木	バターライス	○	フェジョアーダ(ブラジル料理) ガーリックサラダ くだもの	こめ バター あぶら さとう じゃがいも	ぎゆうにゆう いんげんまめ ぶたにく ベーコン ウイナー	セロリ パセリ にんにく たまねぎ キャベツ こまつな	705 23.1	3-2
15	金	ひやしうどん	○	ポテトもち えだまめ	うどん あぶら ねりごま ごま じゃがいも	ぎゆうにゆう とりにく チーズ ベーコン	ながねぎ えだまめ しょうが にんじん きゅうり もやし	696 24.3	3-3
19	火	なつやさいカレー	○	しょうがきゅうり みかんシャーベット	こめ あぶら バター さとう こむぎこ	ぎゆうにゆう ぶたにく	セロリ パセリ トマト なす コーン いんげん かぼちゃ	798 20.7	2-1

## オリンピック・パラリンピック教育推進校



1964年(昭和39年)、東京でオリンピック・パラリンピックを開催してから50年の時が過ぎ、再び2020年に東京の地で開催が決まりました。

豊田小学校は「オリンピック・パラリンピック教育推進校」として、2020年のオリンピック・パラリンピックをはじめとするスポーツ大会の意義や役割を理解して、積極的にスポーツに親しみ、健康増進や体力向上を目指す教育活動を展開していきます。

給食・食育を通して、健康増進や体力向上に結びつくようにしていきたいと思ひます。また、世界各国のお料理も給食に登場させ、世界に目を向けていきます。

7月は、オリンピック発祥の地ギリシャと8月の開催国ブラジルのお料理が登場します。



**\* お願い・・・毎月の給食費引き落としが、未納となりませんように14日までにご家庭の通帳の残高確認をお願いいたします。(給食費：低学年4,000円：中学年4,350円：高学年4,700円)**

