

# 4月のこんだてひょう

令和6年度

令和6年4月8日  
小金井市立前原小学校

日 / 曜 日	献立名	主 な 材 料			エネルギー / タンパク質
		赤の仲間	黄色の仲間	緑の仲間	
		血や肉になる	熱や力の元になる	体の調子を整える	
10 水	牛乳 はるやさい 春野菜のカレーライス やさい ポイル野菜 てづく 手作りみかんゼリー	牛乳,豚肉 アガー	米,なたね油,小麦粉 じゃがいも,三温糖 乳なしマーガリン	にんにく,キャベツ,玉葱 セロリ,にんじん,たけのこ アスパラガス,りんご	662 18.6
11 木	牛乳 < はしの日献立 > ごはん ご飯 さばのしょうが焼き や キャベツのおかか炒め いた さつま汁(鹿児島)	牛乳,さば,鶏肉 おかか,豆腐 赤みそ,白みそ	米,なたね油,さといも	しょうが,キャベツ,にんじん ごぼう,だいこん,ねぎ	602 27.7
12 金	牛乳 ★ビビンバ トックスープ くだもの 果物(柑橘:そぼかす河内晩柑)	牛乳,豚肉,鶏肉	米,三温糖,ごま油 ごま,トック,なたね油	こまつな,にんじん はくさい,もやし,にら ねぎ,しょうが,清見	615 21.9
15 月	牛乳 チキンピラフ マカロニのクリーム煮 に 海藻サラダ	牛乳,鶏肉 生クリーム 海藻ミックス	米,乳なしマーガリン なたね油,マカロニ 小麦粉,有塩バター	にんじん,玉葱,いんげん マッシュルーム,パセリ セロリ,キャベツ,きゅうり	658 22.5
16 火	牛乳 ★肉うどん にく いもち(北海道) ほっかいどう いかときゅうりの炒め物 いた もの	牛乳,豚肉 油揚げ,いか	うどん,なたね油 じゃがいも 乳なしマーガリン	玉葱,にんじん,ほうれん草 ねぎ,干し椎茸,きゅうり にんにく	637 23.2
17 水	牛乳 たけのこごはん や 焼きししゃも ★野菜のおひたし やさい 豚汁 とんじる	牛乳,油揚げ ししゃも,おかか 豚肉,豆腐	米,三温糖, こんにゃく,なたね油 じゃがいも	にんじん,たけのこ,ねぎ こまつな,もやし だいこん,ごぼう	610 25.4
18 木	牛乳 たにんどん 他人丼 キャベツのみそ汁 しる くだもの 果物(柑橘:セミノール)	牛乳,たまご 油揚げ,赤みそ 豚肉,白みそ	米,なたね油 三温糖,かたくり粉	にんじん,玉葱,干し椎茸 みつば,キャベツ,ねぎ セミノール	637 26.7
19 金	牛乳 < 食育の日献立 > こまつな ★小松菜ピラフ せん切り野菜のスープ ぎ やさい キャラメルポテト	牛乳,ベーコン 鶏肉	米,乳なしマーガリン なたね油,上白糖 さつまいも	玉葱,にんじん,こまつな ホールコーン,キャベツ セロリ,しょうが	690 17.6
22 月	牛乳 マーボー丼 どん はくさい 白菜のスープ くだもの 果物(柑橘:カラマンダリン)	牛乳,豆腐,豚肉 八丁みそ,鶏肉	米,なたね油 かたくり粉,ごま油	にんにく,しょうが,玉葱 にんじん,たけのこ,ねぎ にら,もやし,はくさい	603 25.7
23 火	牛乳 こうや 高野ごはん はん さばのしおや 塩焼き こまつな 小松菜の煮びたし に みそけんちん汁 しる	牛乳,鶏肉,さば 高野豆腐,豆腐 油揚げ,赤みそ	米,なたね油,三温糖 じゃがいも,ごま油 こんにゃく	にんじん,こまつな えのきたけ,ごぼう ねぎ,だいこん	609 30.4
24 水	牛乳 < 1年生の給食スタート > ねんせい ミルクパン きゅうしよく ポークシチュー スナップエンドウのサラダ	牛乳,豚肉	パン,じゃがいも なたね油,小麦粉 乳なしマーガリン	スナップエンドウ,玉葱 にんじん,いんげん,セロリ ねぎ,キャベツ,きゅうり	597 19.5
25 木	ジョア チャーハン はるさめ 春雨スープ しお のり塩大豆 だいず	ジョア,焼き豚 豚肉,なると 鶏肉,大豆	米,なたね油,ごま油 はるさめ,かたくり粉	にんにく,しょうが,ねぎ 玉葱,にんじん,いんげん もやし,はくさい,にら	644 24.8
26 金	牛乳 ごはん にく 肉じゃが とうふ 豆腐のみそ汁 しる	牛乳,豚肉,豆腐 揚げボール わかめ,油揚げ	米,こんにゃく じゃがいも,三温糖 なたね油	玉葱,にんじん いんげん,ねぎ	645 23.6
30 火	牛乳 チキンライス まめ 豆まめチャウダー くだもの 果物(りんご)	牛乳,鶏肉,大豆 ひよこ豆 生クリーム	米,乳なしマーガリン 三温糖,なたね油 小麦粉,有塩バター	玉葱,にんじん,いんげん マッシュルーム,えだまめ にんにく,セロリ,りんご	685 24.3

※食材料の都合により、献立を変更することがあります。

★印は、小金井産の食材を使う予定のメニューです。(主な材料内の下線があるものが使用予定の食材)

## ご入学、ご進級おめでとうございます

元気いっぱいの一年生を迎え、新たな学校生活がはじまりました。2年生以上の給食は10日(水)から、1年生は24日(水)から給食があります。

今年度も(株)ジーエスエフの調理員さんと力を合わせ、子供たちの成長と健康を願い、衛生的で栄養バランスのとれた、おいしい給食を目指していきます。どうぞよろしくお願いいたします。

## 給食食材の変更について

近年食物アレルギーのある児童が増加しているため、令和6年度から、食物アレルギーを引き起こしやすい「そば、落花生、木の実類、種実類(ごま、栗、カカオは除く。)、いくら、キウイフルーツ」は、学校給食での提供はしないこととなりました。

