

# 6月のこんだてひょう

家庭数

令和6年度

令和6年5月31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	
3月	牛乳 ★カレーライス ★ボイル野菜 ★手作リルバーブチーズケーキ	牛乳, 豚肉 クリームチーズ 生クリーム, 卵	米, じゃがいも なたね油, 小麦粉 三温糖, 上白糖	にんにく, しょうが, 玉葱 にんじん, キャベツ きゅうり, ルバーブ	735 20.6
4火	牛乳 ＜歯と口の健康週間＞ かむわかめご飯 ししゃものフライ ★キャベツのおかか炒め ★鶏ごぼう汁	牛乳, わかめ ししゃも, おかか 鶏肉, 木綿豆腐 赤みそ, 白みそ	米, 小麦粉, パン粉 なたね油 じゃがいも	キャベツ, にんじん, ねぎ だいこん, ごぼう	629 24.1
5水	牛乳 五目つけうどん ちくわの二色揚げ 冷凍みかん	牛乳, 豚肉 油揚げ, 青のり 焼き竹輪	うどん, なたね油 米粉, 小麦粉	にんじん, はくさい, ねぎ こまつな, 干し椎茸 冷凍みかん	716 25.0
6木	牛乳 ★チャーハン トックスープ ★いかときゅうりの炒め物	牛乳, 焼き豚 豚肉, いか なると, 鶏肉	米, なたね油, ごま油 トック, ごま	にんにく, きゅうり, ねぎ 玉葱, にんじん, いんげん はくさい, もやし, なら	646 25.3
7金	牛乳 ＜沖縄県メニュー＞ しじゅうしい ゴーヤチャンプルー イナムドウチ	牛乳, 豚肉, 豆腐 ウィンナー, 卵 かまぼこ, 白みそ	米, なたね油 三温糖 こんにやく	にんじん, にがうり 青ピーマン, 赤ピーマン エリンギ, 干し椎茸	643 29.0
10月	牛乳 ご飯 カレー肉じゃが 豆腐のみそ汁	牛乳, 豚肉, 豆腐 揚げボール 油揚げ, 赤みそ	米, こんにやく じゃがいも なたね油, 三温糖	玉葱, にんじん いんげん, ねぎ	643 23.2
11火	牛乳 ＜入梅＞ こぎつねご飯 ★いわしのつみれ汁 大豆のかりんとう	牛乳, 鶏肉 油揚げ, いわし 赤みそ, 大豆	米, なたね油, 三温糖 パン粉, かたくり粉 こんにやく, 黒砂糖	にんじん, しょうが ねぎ, だいこん	674 28.7
12水	牛乳 コッペパン ★手作リルバーブジャム ★海藻サラダ ポークシチュー	牛乳, 豚肉 海藻ミックス	パン, 上白糖 ごま油, なたね油 じゃがいも, 小麦粉	ルバーブ, キャベツ にんじん, きゅうり, 玉葱 とうもろこし, いんげん	586 19.7
13木	牛乳 マーボー丼 ワンタンスープ 果物(メロン)	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 ワンタンの皮	にんにく, しょうが, 玉葱 ねぎ, にんじん, たけのこ なら, はくさい, もやし	605 25.9
14金	牛乳 ご飯 あじフライ 野菜炒め じゃがいものみそ汁	牛乳, 油揚げ わかめ, あじ 赤みそ, 白みそ	米, 小麦粉, パン粉 なたね油 じゃがいも	にんにく, にんじん キャベツ, もやし 玉葱, ねぎ	648 26.7
17月	振りかえきゆうぎょうび 振替休業日				
18火	牛乳 チリビーンズライス ポテトとキャベツのスープ パリパリサラダ	牛乳, 豚肉 大豆, ベーコン	米, なたね油, 三温糖 かたくり粉, 上白糖 じゃがいも	にんにく, しょうが, 玉葱 にんじん, トマト, キャベツ とうもろこし, もやし	774 25.2
19水	牛乳 ＜食育の日＞ ミルクパン ★鶏肉のルバーブソース ★野菜のガーリック炒め レタスのスープ	牛乳, 鶏肉 ベーコン	パン, 米粉, なたね油 かたくり粉, 三温糖 じゃがいも	ルバーブ, キャベツ にんじん, にんにく 玉葱, レタス	603 23.9
20木	牛乳 ナシゴレン(インドネシア) ソアヤム(インドネシア) 果物(小玉すいか)	牛乳, えび 鶏肉, ベーコン	米, なたね油 春雨, じゃがいも	にんじん, ねぎ, 玉葱 青ピーマン, 赤ピーマン キャベツ, すいか	591 22.7
21金	牛乳 ご飯 さばの三味焼き ★枝豆と大根の煮物 ★青菜と厚揚げのみそ汁	牛乳, 白みそ 青大豆, 豚肉 生揚げ, さば	米, 三温糖, なたね油 ごま, かたくり粉	しょうが, ねぎ, だいこん にんじん, こまつな	629 29.1
24月	牛乳 ＜小金井和食の日＞ 鶏飯(鹿児島) 冬瓜の煮物 みかんゼリー	牛乳, 鶏肉, 卵 のり, 豚肉 揚げボール	米, なたね油, 三温糖 かたくり粉 みかんゼリー	干し椎茸, ねぎ, とうがん にんじん, しょうが えだまめ	585 27.6
25火	牛乳 ジャンバラヤ(アメリカ) きのこチャウダー 果物(さくらんぼ)	牛乳, ベーコン 生クリーム ウィンナー	米, 乳なしマーガリン なたね油, 小麦粉 有塩バター	にんにく, しょうが, 玉葱 にんじん, ピーマン, しめじ エリンギ, さくらんぼ	652 19.2
26水	牛乳 ご飯 さけの香味焼き じゃがいもと昆布のきんぴら ★芋煮汁	牛乳, さけ, 鶏肉 こんぶ, 豚肉 油揚げ, 豆腐	米, 三温糖, ごま油 じゃがいも, ごま こんにやく, 里芋	なら, 玉葱, セロリ, ねぎ にんじん, だいこん ごぼう	598 28.7
27木	牛乳 ★おろしスパゲッティ ★ひまわりのサラダ 果物(柑橘:河内晩柑)	牛乳, ツナ, のり かまぼこ	スパゲッティ オリーブ油, 三温糖 かたくり粉	にんにく, だいこん, 玉葱 キャベツ, きゅうり にんじん, かわちばんかん	612 25.2
28金	牛乳 チンジャオロースー丼 ★きゅうりのごま塩炒め 白菜のスープ	牛乳, 豚肉	米, なたね油, 三温糖 ごま, かたくり粉 ごま油	にんじん, ピーマン, なら たけのこ, きゅうり にんにく, はくさい	615 26.5

※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)

【 給食費の引き落としについて 】 ※金額をお間違えのないよう、ご確認をお願いいたします。

6月の引き落としは1回目 5日(水)・2回目 20日(木)です。前日までの入金をお願いいたします。

6月は、4、5、6月の3ヶ月分を引き落としますのでご注意ください。金額は以下の通りです。

1年生・・・10,537円 2年生・・・13,107円 3年生・・・14,178円 4年生・・・14,178円 5年生・・・15,198円 6年生・・・15,198円