

9月のこんだてひょう

家庭数

令和6年度

令和6年8月30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 火	牛乳 ★♪夏野菜のカレーライス ♪ポイル野菜 冷凍みかん	牛乳, 鶏肉	米, なたね油 小麦粉, 三温糖 乳なしマーガリン	にんにく, しょうが, 玉葱 にんじん, セロリ, 青ピーマン 赤ピーマン, かぼちゃ, なす キャベツ, きゅうり, みかん	648 17.6
4 水	牛乳 チーズパン 白身魚のマヨネーズ焼き フライドポテト せん切野菜のスープ	牛乳, メルルーサ 生クリーム, チーズ ベーコン	パン, じゃがいも なたね油	玉葱, マッシュルーム, パセリ キャベツ, にんじん, セロリ	618 29.7
5 木	牛乳 ツナピラフ キャベツとコーンのスープ パンチビーンズ	牛乳, ベーコン ツナ, 大豆	米, 乳なしマーガリン なたね油, かたくり粉 じゃがいも	玉葱, にんじん, とうもろこし さやいんげん, キャベツ	597 21.1
6 金	牛乳 ご飯 肉豆腐 白菜のみそ汁	牛乳, 豚肉, 豆腐 揚げボール 油揚げ, 赤みそ	米, こんにゃく なたね油, 三温糖	玉葱, ねぎ, はくさい	601 26.4
9 月	牛乳 〈重陽の節句献立〉 栗ご飯 鶏肉のみそ焼き 五目きんぴら 菊花汁	牛乳, 鶏肉 赤みそ, 卵 豚肉, 豆腐	米, 栗, ごま 三温糖, こんにゃく ごま油, なたね油 かたくり粉	にんにく, ごぼう, にんじん さやえんどう, えのきたけ しゅんぎく, きくの花	628 28.3
10 火	牛乳 和風スープスパゲッティ パリパリごぼうのサラダ 果物(梨)	牛乳, ベーコン のり	スパゲッティ, 三温糖 オリーブ油, なたね油 かたくり粉	にんにく, 玉葱, にんじん エリンギ, ぶなしめじ, なし マッシュルーム, ごぼう とうもろこし, キャベツ	583 21.6
11 水	牛乳 ★家常豆腐丼 ♪わかめスープ いかときゅうりの炒め物	牛乳, 生揚げ 豚肉, 鶏肉 わかめ, いか	米, なたね油, 三温糖 ごま油, かたくり粉 ごま	玉葱, にんじん, たけのこ キャベツ, ねぎ, 干し椎茸 にんにく, しょうが, きゅうり	620 27.5
12 木	牛乳 ご飯 きびなごのから揚げ 切干大根の煮物 豚汁	牛乳, きびなご 鶏肉, 油揚げ 豚肉, 豆腐	米, かたくり粉, 米粉 なたね油, 三温糖 こんにゃく じゃがいも	しょうが, にんにく, だいこん にんじん, 切干しだいこん ごぼう, ねぎ	614 25.1
13 金	牛乳 チキンライス マカロニのクリーム煮 果物(巨峰)	牛乳, 鶏肉 生クリーム	米, 乳なしマーガリン 三温糖, マカロニ なたね油, 小麦粉 バター	とうもろこし, 玉葱, にんじん さやいんげん, パセリ, 巨峰	664 22.4
16 月	敬老の日				
17 火	牛乳 〈十五夜献立〉 里芋ご飯 焼きししゃも ★もやし炒め 月見汁	牛乳, 油揚げ ししゃも, 鶏肉 かまぼこ	米, さといも, なたね油 三温糖, 白玉団子	にんじん, もやし 青ピーマン, にんにく だいこん, はくさい	626 24.9
18 水	牛乳 こぎつねご飯 みそけんちん汁 ♪大学芋	牛乳, 鶏肉, 油揚げ 木綿豆腐, 赤みそ 白みそ	米, じゃがいも なたね油, こんにゃく さつまいも, ごま かたくり粉	にんじん, しょうが, ごぼう だいこん, ねぎ	679 19.7
19 木	牛乳 〈食育の日献立〉 ★♪はちみつバタートースト 豆のトマトシチュー 海藻サラダ	牛乳, 豚肉, 大豆 ひよこめ 海藻ミックス	食パン, バター はちみつ, なたね油 小麦粉, 乳なしマーガリン 上白糖	しょうが, にんにく, 玉葱 にんじん, キャベツ きゅうり, とうもろこし	661 23.5
20 金	牛乳 チャーハン トックスープ 果物(プルーン)	牛乳, 焼き豚 豚肉, 鶏肉 なると	米, なたね油, ごま油 トック	にんにく, しょうが, ねぎ 玉葱, にんじん, いんげん はくさい, もやし にら, プルーン	603 20.6
23 月	秋分の日振替休日				
24 火	牛乳 〈小金井和食の日献立〉 ご飯 じゃがいものそぼろ煮 豆腐のみそ汁	牛乳, 豚肉, 豆腐 揚げボール 油揚げ, わかめ	米, じゃがいも こんにゃく, なたね油 三温糖, かたくり粉	玉葱, にんじん, 絹さや しょうが, ねぎ	618 22.8
25 水	牛乳 きのこピラフ カレービーンズ 果物(りんご)	牛乳, ベーコン 鶏肉, 大豆 豚肉	米, 乳なしマーガリン なたね油, じゃがいも 三温糖	にんにく, 玉葱, にんじん エリンギ, ぶなしめじ とうもろこし, いんげん セロリ, りんご	603 21.8
26 木	牛乳 どんどろけめし(鳥取県) さばの塩焼き ★野菜の磯香あえ じゃがいものみそ汁	牛乳, 鶏肉, 豆腐 油揚げ, さば のり, わかめ	米, なたね油, 三温糖 じゃがいも	にんじん, ごぼう, こまつな はくさい, もやし 玉葱, ねぎ	604 30.7
27 金	牛乳 スパゲッティペペロンチーノ ビーンズナゲット こんぶのサラダ	牛乳, ベーコン 豆腐, 鶏肉, 大豆 いんげん豆, 卵	スパゲッティ オリーブ油, なたね油 かたくり粉, 上白糖	にんにく, 赤ピーマン, 玉葱 こまつな, にんじん キャベツ, きゅうり	692 28.6
30 月	牛乳 ご飯 いかフライ 野菜炒め 呉汁(群馬県)	牛乳, いか, 大豆 鶏肉, 豆乳 赤みそ, 白みそ	米, 小麦粉, パン粉 なたね油, こんにゃく	にんにく, にんじん, もやし キャベツ, だいこん ごぼう, ねぎ	645 28.4

※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)

今月より♪全員リクエストがはじまります！

前原小学校の開校60周年を記念して、前原小学校のリーダーである6年生一人一人が好きな給食が出るというリクエストです。前原小学校の給食を一番食べている6年生が、おすすめするメニューです。3学期まで続くので、毎月の給食を楽しみに待っていてください。なお、全員リクエストのメニューには、メニューの前に♪印をつけています。

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。

9月の引き落としは1回目 5日(木)・2回目 20日(金)です。前日までの入金をお願いいたします。

1、2年生・・・4,369円 3、4年生・・・4,726円 5、6年生・・・5,066円