

12月のこんだてひょう

家庭数

令和6年度

令和6年11月29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 血や肉になる | 黄色の仲間 熱や力の元になる | 緑の仲間 体の調子を整える | |
| 2 月 | 牛乳 ★中華丼 ならたまスープ カレーもやし | 牛乳, 豚肉, うずら卵, いか, むきえび, 卵 | 米, なたね油, かたくり粉, ごま油, 三温糖 | にんにく, にんじん, もやし, はくさい, ねぎ, 玉葱, なら, きゅうり | 590 26.0 |
| 3 火 | 牛乳 ♪抹茶きな粉揚げパン ★ポトフ 果物(みかん) | 牛乳, きな粉, 豚肉, ベーコン, ウィナー | コッペパン, 上白糖, なたね油, じゃがいも | にんじん, 玉葱, キャベツ, セロリー, みかん | 617 21.8 |
| 4 水 | 牛乳 かやくご飯 焼きししゃも ★野菜のおひたし じゃがいものみそ汁 | 牛乳, 鶏肉, 油揚げ, ししゃも, おかか, 赤みそ, 白みそ, わかめ | 米, 糸こんにゃく, なたね油, 三温糖, じゃがいも | にんじん, ごぼう, 干し椎茸, こまつな, りょくとうもやし, 玉葱, ねぎ | 569 24.6 |
| 5 木 | 牛乳 ★おろしスパゲッティ ★ボイル野菜 果物(みかん) | 牛乳, ツナ, 刻みのり | スパゲッティ, なたね油, 三温糖, かたくり粉 | にんにく, だいこん, キャベツ, もやし, きゅうり, にんじん, 玉葱, みかん | 590 23.6 |
| 6 金 | 牛乳 ご飯 いかのねぎしょうが焼き 五目豆 ★田舎汁 | 牛乳, いか, 鶏肉, 大豆, 豚肉, 生揚げ, 赤みそ, 白みそ | 米, 三温糖, 板こんにゃく, なたね油, じゃがいも | ねぎ, しょうが, にんじん, ごぼう, だいこん | 599 30.6 |
| 9 月 | 牛乳 〈小金井桜名勝指定100周年記念献立〉 チキンピラフ ★マカロニスープ 桜のケーキ | 牛乳, 鶏肉, ベーコン, 調理牛乳, 卵 | 米, 乳なしマーガリン, なたね油, マカロニ, 小麦粉, 上白糖, 無塩バター | とうもろこし, にんじん, 玉葱, さやいんげん, キャベツ, セロリー, ビート | 686 19.9 |
| 10 火 | 牛乳 ♪★焼きそば わかめスープ のり塩大豆 | 牛乳, 豚肉, あおのり, 鶏肉, 生わかめ, 大豆 | 蒸し中華めん, なたね油, ごま油, かたくり粉 | にんにく, しょうが, キャベツ, にんじん, もやし, ねぎ, 玉葱 | 559 23.9 |
| 11 水 | 牛乳 〈はしの日献立〉 ご飯 さばのにんにくみそ焼き もやし炒め ★江戸こがね汁 | 牛乳, さば, 赤みそ, 鶏肉 | 米, 三温糖, ごま油, なたね油, 小麦粉 | にんにく, ねぎ, にんじん, もやし, ごぼう, だいこん, 青ピーマン, はくさい, しんとり菜, こまつな | 570 23.5 |
| 12 木 | ジョア ★冬野菜のカレーライス ★花野菜のサラダ | ジョア, 豚肉 | 米, なたね油, さといも, 小麦粉, 乳なしマーガリン, 三温糖 | にんにく, しょうが, 玉葱, にんじん, ごぼう, だいこん, ブロッコリー, キャベツ, りょくとうもやし | 612 15.8 |
| 13 金 | 牛乳 ♪★タコライス(沖縄県) ★もずくスープ(沖縄県) 果物(みかん) | 牛乳, 豚肉, 鶏肉, もずく, 卵 | 米, なたね油, ワンタンの皮, かたくり粉 | にんじん, 玉葱, 青ピーマン, 赤ピーマン, にんにく, キャベツ, ねぎ, みかん | 630 23.2 |
| 16 月 | 牛乳 ♪★親子丼 ★キャベツのみそ汁 果物(みかん) | 牛乳, 鶏肉, 油揚げ, 卵, 赤みそ, 白みそ | 米, なたね油, 三温糖, かたくり粉 | 玉葱, にんじん, 干し椎茸, みつば, キャベツ, ねぎ, みかん | 643 26.6 |
| 17 火 | 牛乳 ご飯 イカのチリソース 野菜炒め チンゲン菜のスープ | 牛乳, いか, 豚肉, 鶏肉 | 米, かたくり粉, なたね油, 三温糖, ごま油 | ねぎ, にんにく, しょうが, にんじん, キャベツ, りょくとうもやし, チンゲンツァイ | 616 26.4 |
| 18 水 | 牛乳 ★はちみつレモントースト ★クリームシチュー ★こんぶのサラダ | 牛乳, 鶏肉, 調理牛乳, 生クリーム, サラダこんぶ | 食パン, 有塩バター, はちみつ, じゃがいも, なたね油, 小麦粉, ごま油, 上白糖 | レモン, 玉葱, にんじん, ブロッコリー, だいこん, りょくとうもやし, きゅうり | 670 22.3 |
| 19 木 | 牛乳 〈食育の日〉 ★小松菜チャーハン ★トッポグスープ ★野菜のナムル | 牛乳, 焼き豚, 豚肉, 卵, 鶏肉 | 米, なたね油, ごま油, 三温糖, トッポギ, 白いりごま | にんにく, しょうが, なら, こまつな, ねぎ, にんじん, はくさい, りょくとうもやし | 564 22.3 |
| 20 金 | 牛乳 〈冬至献立〉 ご飯 ★さけの幽庵焼き ★キャベツのおかか炒め ★根菜汁 | 牛乳, 鮭, おかか, 豚肉, 赤みそ, 白みそ | 米, なたね油, 三温糖, かたくり粉, じゃがいも, ごま油 | ゆず, キャベツ, にんじん, 西洋かぼちゃ, ごぼう, ねぎ | 572 28.1 |
| 23 月 | 牛乳 ★マーボー丼 ★春雨スープ きゅうりのごま塩炒め | 牛乳, 木綿豆腐, 豚肉, 八丁みそ | 米, なたね油, かたくり粉, ごま油, はるさめ, 白いりごま | にんにく, しょうが, 玉葱, にんじん, 干し椎茸, ねぎ, りょくとうもやし, はくさい, なら, ほうれんそう, きゅうり | 647 26.6 |
| 24 火 | 牛乳 〈クリスマス献立〉 ミルクパン チキンステーキ パブリカソテー 干切り野菜のスープ セレクトシューアイス | 牛乳, 鶏肉, ベーコン, 豚肉 | ミルクパン, 焼き油, なたね油, シューアイス | にんにく, しょうが, 玉葱, 青ピーマン, 赤ピーマン, 黄ピーマン, りょくとうもやし, キャベツ, にんじん, セロリー | 615 29.1 |

※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)

♪全員リクエストを実施中です。

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。今月は4種類のメニューが出ます。当日をお楽しみに。

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 】

11月21日付で配布された『学校給食費の無償化の予定について』でお知らせした通り、令和6年12月までの学校給食費については、令和6年12月5日に予定していた引き落としは行わず、令和7年1月15日に清算した額の引き落としを行う予定です。精算額に関する詳細は、3学期の始めにお便りを配布します。

なお、1月までに未納がある場合は、12月5日に引き落としを行います。