

12月 献立表

日	牛乳	主食	おかず	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー たんぱく質
2月	○	シャキシャキそばうどん	かぶのみそしる くだもの(かんきつ)	牛乳,豚ひき肉,大豆,油揚げ, 白みそ,赤みそ	米,三温糖,かたくり粉,なた ね油	にんじん,玉葱,切干しいん, かぶ,ねぎ,こまつ な,愛マドンナ	618 kcal 21.8 g
3火	○	むぎごはん	ししゃものカレーフライ こぶさいも キャベツとトマトのスープ	牛乳,ししゃも,豚もも肉	米,おおむぎ,小麦粉,生パン 粉,乾燥パン粉,じゃがいも, なたね油	にんじん,玉葱,トマト,キャベツ, こまつな	660 kcal 26.3 g
4水	○	スパゲティナポリタン	ポテトスープ くだもの(かんきつ)	牛乳,豚もも肉,ウィンナー, 鶏もも肉	スパゲッティ,ハーフ,なた ね油,じゃがいも	にんにく,玉葱,にんじん,青ピーマン, マッシュルーム,パセリ,ねぎ, しょうが,夢オレンジ	546 kcal 22.9 g
5木	○	ちゃめし	おでん はくさいのゆずかあえ	牛乳,ちくわ,揚げボール,さ つま揚げ,うずら卵,こぶ, がんもどき	米,さといも,板こんにゃく, 三温糖,白すりごま	だいこん,はくさい,にんじん, ゆず	566 kcal 21.8 g
6金	○	ごはん	さかなのしおやき こもくまめ だんごじる	牛乳,さけ,大豆,豚もも肉,鶏 もも肉,油揚げ,白みそ,赤み そ	米,なたね油,板こんにゃく, 三温糖,中力粉,じゃがいも	にんじん,ごぼう,干し椎茸,こねぎ	638 kcal 30.5 g
9月	○	★ こがねいざくらメニュー ごはん	★さくらもちみたてとりだんご からしあえ すましじる	牛乳,鶏ひき肉,木綿豆腐	米,道明寺粉	ねぎ,しょうが,ピーツ,にんじん, りょくとうもやし,はくさい, 生しいたけ,こまつな	545 kcal 20.1 g
10火	○	たくあんとおぶらあげのませごはん	みそけんちんじる くだもの(りんご)	牛乳,油揚げ,鶏もも肉,木綿 豆腐,白みそ,赤みそ	米,三温糖,ごま油,白いりご ま,さといも,板こんにゃく, なたね油	たくあん,にんじん,だいこん, ごぼう,ねぎ,りんご	590 kcal 19.5 g
11水	○	コッペパン	さかなのバーベキューソース ジャーマンポテト スコッチブロス	牛乳,メルルーサ,ベーコン, 鶏もも肉,ひよこまめ	コッペパン,かたくり粉,なた ね油,三温糖,じゃがいも, 押麦	しょうが,にんにく,りんご缶詰, 玉葱,パセリ,にんじん, キャベツ,セロリー	602 kcal 26.4 g
12木	○	げんまいごはん	こうやとうふのたまごとし しらたまじる	牛乳,高野豆腐,たまご,鶏も も肉,かまぼこ	米,玄米,三温糖,白玉だんご	玉葱,にんじん,生しいたけ, だいこん,こまつな,え のぎだけ	650 kcal 27.7 g
13金	○	ほうとう	おからドーナツ くだもの(みかん)	牛乳,鶏もも肉,赤みそ,豆乳, たまご,おから	ほうとう,さといも,なたね 油,小麦粉,上白糖,有塩パ ター	ごぼう,にんじん,だいこん, 西洋かぼちゃ,ねぎ,み かん	543 kcal 17.8 g
16月	○	★ セレクトメニュー ごはん	ハンバーグ ★デミグラスソース または わふうソース ほうれんそうのソテー だいこんのみそしる	牛乳,豚ひき肉,油揚げ,白み そ,赤みそ	米,生パン粉,なたね油,かた くり粉	玉葱,にんじん,にんにく, セロリー,マッシュルーム, だいこん,しょうが,ほうれん そう,とうもろこし缶詰, ねぎ	693 kcal 28.4 g
17火	○	ごはん	さかなのさいきょうやき やさいのおかかあえ みぞれじる	牛乳,はまち,西京みそ,おか か,鶏もも肉	米,三温糖,なたね油,さとい も,板こんにゃく,かたくり 粉,ごま油	しょうが,キャベツ,にんじん, りょくとうもやし,だい こん,ねぎ	639 kcal 26.7 g
18水	○	きなこあげパン	おいもサラダ ポークビーンズ	牛乳,きな粉,大豆,豚もも肉, 白みそ	コッペパン,上白糖,じゃが いも,なたね油,三温糖,さつ まいも	セロリー,玉葱,にんじん, トマト,えだまめ	655 kcal 28.7 g
19木	○	ごもくうどん	さかなのしょうがあげ くだもの(みかん)	牛乳,鶏もも肉,油揚げ,かま ぼこ,さけ	うどん,三温糖,かたくり粉	玉葱,にんじん,はくさい, ねぎ,干し椎茸,しょう が,みかん	476 kcal 27.2 g
20金	○	★ どうしメニュー ★ ゆずがおるきのこおこわ	ごまあえ ★かぼちゃのみそしる てつくりオレンジゼリー	牛乳,焼き豚,油揚げ,豚ばら 肉,白みそ,赤みそ,アガー	米,もち米,三温糖,板こんに ゃく,白すりごま,上白糖,	干し椎茸,にんじん,たけのこ, ぶなしめじ,ゆず,西 洋かぼちゃ,だいこん,こね ぎ,こまつな,りょくとう もやし,オレンジジュース, みかん缶詰	574 kcal 21.2 g
23月	○	チキンライス	こめこシチュー くだもの(かんきつ)	牛乳,鶏もも肉,鶏もも肉,豆 乳,クリーム	米,なたね油,じゃがいも,米 粉	にんじん,玉葱,ぶなしめじ, グリーンピース,マッ シュルーム,セロリー, パセリ,ネーブル	593 kcal 21.5 g

※食材料の都合により、献立を変更することがあります。
※ゆず、こまつな、だいこん、さつまいも、はくさい、キャベツ、にんじんは小金井市産のものを使用します。

給食費のお知らせ

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日に精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、おたよりを配布します。尚、11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。

献立紹介

9日(月)こがねいざくらメニュー

12月9日(月)は「小金井桜名勝指定100周年記念献立」を提供します！詳しくは裏面に記載しておりますのでご覧ください。