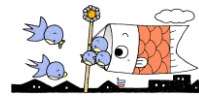




5月の予定献立



令和3年度

小金井第三小学校

日	主食	牛乳	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	I初ギ- たんぱく質
6 木	チキンライス	○	しろいんげん豆のスープ ピーチゼリー	鶏もも、ベーコン、鶏もも、いんげんまめ、牛乳	米、なたね油、じゃがいも、オリーブ油、 ピーチゼリー	にんじん、玉葱、マッシュルーム、にんにく、 キャベツ、ねぎ、しょうが	572 kcal 18.7 g
7 金	端午の節句メニュー			焼き豚、豚もも、牛乳	米、もち米、こんにゃく、ごま油、三温糖、 ワントンの皮	干し椎茸、にんじん、たけのこ、ねぎ、もやし、 はくさい、セロリー、しょうが、デコボン	553 kcal 19.1 g
10 月	ごはん	○	のり佃煮 肉豆腐 ごま和え	刻みのり、豚もも、木綿豆腐、油揚げ、牛乳	米、はいが精米、三温糖、糸こんにゃく、 油ふ、なたね油、白すりごま	玉葱、ねぎ、さやいんげん、にんじん、もやし、 こまつな	627 kcal 28.4 g
11 火	小金井はしの日メニュー			ぎんざけ、豚もも、鶏もも、木綿豆腐、牛乳	米、なたね油、こんにゃく、三温糖、白いりごま、 さといも	グリーンピース、ごぼう、にんじん、れんこん、 えだまめ、だいこん、ねぎ	607 kcal 29.3 g
12 水	ターメリックライスの あさり入りクリームソースかけ	○	やさいサラダ 果物(清見オレンジ)	あさり、鶏もも、牛乳、クリーム	米、オリーブ油、なたね油、小麦粉、有塩バター、 ごま油、三温糖	玉葱、にんじん、とうもろこし、マッシュルーム、 セロリー、ねぎ、しょうが、キャベツ、アスパラガス、 きよみオレンジ	598 kcal 19.2 g
13 木	肉うどん	○	具だくさんばらかきあげ チンゲン菜の炒めもの	豚もも、油揚げ、むきえび、豚ばら、牛乳	うどん、こんにゃく、なたね油、さつまいも、 小麦粉、米粉	にんじん、こまつな、ねぎ、ごぼう、玉葱、 えだまめ、チンゲンツァイ、もやし、にんにく	551 kcal 23.8 g
14 金	ビビンバ	○	春雨スープ 果物(カラマンダリン)	豚ひき肉、大豆、油揚げ、たまご、豚もも、 牛乳	米、おおむぎ、三温糖、ごま、ごま油、 なたね油、はるさめ	しょうが、にんにく、干しぜんまい、こまつな、 もやし、にんじん、ねぎ、干し椎茸、はくさい、	600 kcal 22.6 g
17 月	麦ごはん	○	家常豆腐 にら玉スープ	生揚げ、豚もも、赤みそ、テンメンジャン、 鶏もも、木綿豆腐、たまご、牛乳	米、おおむぎ、なたね油、三温糖、ごま油、 かたくり粉	にんにく、しょうが、玉葱、にんじん、たけのこ、 干し椎茸、キャベツ、ねぎ、にら、わけぎ	624 kcal 27.3 g
18 火	ひじきごはん	○	ししゃものカレーあげ 粉吹き芋 大根のみそ汁	鶏もも、干ひじき、油揚げ、ししゃも、 赤みそ、白みそ、牛乳	米、こんにゃく、なたね油、三温糖、かたくり粉、 じゃがいも	にんじん、干し椎茸、だいこん、ねぎ	594 kcal 22.9 g
19 水	具だくさんあんかけ焼きそば	○	もやしのナムル ヨーグルトポンチ	豚もも、なると、うすら卵、ヨーグルト、 牛乳	蒸し中華めん、なたね油、ごま油、三温糖、 かたくり粉	にんにく、しょうが、たけのこ、干し椎茸、 にんじん、はくさい、ねぎ、もやし、こまつな、 もも(缶詰)、みかん(缶詰)、パイナップル(缶詰)、 ぶどう(缶詰)	619 kcal 23.3 g
20 木	はいが米入りごはん	○	カレー肉じゃが煮 わかめととうふのみそ汁	豚もも、揚げボール、油揚げ、木綿豆腐、 わかめ、白みそ、赤みそ、牛乳	米、はいが精米、糸こんにゃく、じゃがいも、 なたね油、三温糖、かたくり粉	玉葱、にんじん、さやいんげん、ねぎ	629 kcal 24.6 g
21 金	ミルクパン	○	しろみざかなのフライ ゆできゃべつ ココロやさいのスープ	メルルーサ、ベーコン、鶏もも、牛乳	ミルクパン、小麦粉、パン粉、なたね油、 じゃがいも、オリーブ油	キャベツ、玉葱、にんじん、さやいんげん、 セロリー、にんにく、ねぎ、しょうが	587 kcal 27.1 g
24 月	小金井和食の日メニュー			まさば、焼き竹輪、油揚げ、鶏もも、木綿豆腐、 牛乳	米、はいが精米、なたね油、三温糖、南部せんべい	しょうが、切干しだいこん、にんじん、ごぼう、 ぶなしめじ、だいこん、ねぎ	653 kcal 27.4 g
25 火	シナモントースト	○	魚の照り焼き 切り干し大根の煮物 せんべい汁	いんげんまめ、豚もも、わかめ、まぐろ缶詰、 牛乳	食パン、マーガリン、グラニュー糖、 じゃがいも、なたね油、ごま油、三温糖	セロリー、玉葱、にんじん、だいこん、 とうもろこし	628 kcal 23.7 g
26 水	四川豆腐丼	○	もやしスープ 果物(メロン)	豚もも、木綿豆腐、鶏もも、牛乳	米、はいが精米、なたね油、三温糖、ごま油、 かたくり粉	玉葱、にんじん、干し椎茸、こまつな、 ねぎ、にんにく、しょうが、もやし、セロリー、 アンデスメロン	579 kcal 23.5 g
27 木	チャーハン	○	白玉団子入りスープ のり塩大豆	焼き豚、なると、たまご、木綿豆腐、鶏もも、 大豆、あおのり、牛乳	米、なたね油、ごま油、白玉だんご、かたくり粉、 じゃがいも	ねぎ、にんじん、チンゲンツァイ、きくらげ、 しょうが	650 kcal 24.2 g
28 金	チキンカレー	○	ツナサラダ	鶏もも、テンメンジャン、まぐろ缶詰、牛乳	米、はいが精米、じゃがいも、なたね油、 小麦粉、はちみつ、ごま油、三温糖	玉葱、にんじん、にんにく、しょうが、 ねぎ、セロリー、キャベツ、とうもろこし	711 kcal 22.2 g
31 月	ピザドック	○	ABCスープ 果物(美生柑)	ベーコン、ボークハム、ピザチーズ、 ウィナー、牛乳	コッペパン、なたね油、かたくり粉、マカロニ、 オリーブ油	玉葱、青ピーマン、マッシュルーム、 にんじん、キャベツ、さやいんげん、セロリー、 にんにく、しょうが、	557 kcal 21.2 g

※ 食材の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。
※ 小金井市の学校給食食材の放射能に関する情報は、小金井市ホームページに掲載されていますのでご覧ください。

【給食費引き落としについて】

4月23日付の「令和3年度給食費について」のお知らせでもお伝えしましたように、6月7日(月)に4、5、6月分の給食費の引き落としがあります。前日までに入金をお願いいたします。金額は下記の通りです。

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

