



7月 予定献立表



令和6年度

小金井市立小金井第二小学校

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	エネルギー たんぱく質
1月	ししじゅうしい	○	ゴーヤチャンプルー おきなわ 沖縄もずく汁	牛乳,豚肉,こんぶ 木綿豆腐,ウィンナー たまご,おなか 鶏肉,もずく	米,なたね油	しょうが,にんじん,にがうり エリンギ,黄ピーマン 赤ピーマン,ねぎ はくさい,えのきたけ	646 kcal 25.9 g
2火	くろざとう 黒砂糖パン	○	さかな 魚のハーブパン粉焼き きゃべつソテー ホワイトチャウダー	牛乳,さけ 鶏肉,クリーム	オリーブ油,パン粉 なたね油,じゃがいも 小麦粉,有塩バター	にんにく,レモン,パセリ にんじん,もやし,キャベツ 玉葱,マッシュルーム	598 kcal 28.7 g
3水	はいが 胚芽ごはん	○	まいぼー 麻婆なす ナムル せいろ 冷凍パイ	牛乳,豚肉,赤みそ	米,胚芽米,じゃがいも なたね油,三温糖,ごま油 かたくり粉,上白糖	なす,にんにく,しょうが にんじん,たけのこ,干し椎茸 ねぎ,にら,キャベツ こまつな,もやし,冷凍パイ	640 kcal 21.1 g
4木	キムタクごはん	○	にくだんご 肉団子スープ ゆでとうもろこし	牛乳,豚肉,ベーコン	米,なたね油 かたくり粉,はるさめ	はくさい,キムチ,たくあん しょうが,にんじん,はくさい ほうれんそう,ねぎ 干し椎茸,とうもろこし	593 kcal 22.8 g
5金	さけ 鮭ちらし	○	たなぼたじる 七夕汁 キラキラポンチ	牛乳,鮭,たまご のり,木綿豆腐,寒天	米,もち米,三温糖 なたね油,そうめん ぶどうカットゼリー	えだまめ,オクラ,にんじん 干し椎茸,ねぎ,さやえんどう みかん缶,パイ缶,黄桃缶 りんごジュース	610 kcal 22.0 g
8月	いそ かつ 磯の香りごはん	○	ししゃものピリから揚げ もやし炒め みそしる 味噌汁	牛乳,あおのり わかめ,ししゃも 豚肉,生揚げ 赤みそ,白みそ	米,かたくり粉 なたね油,上白糖	しょうが,にんにく,もやし にんじん,にら はくさい,こまつな	602 kcal 25.3 g
9火	ジャージャン めん 麺	○	ワンタンスープ メロン	牛乳,豚肉,大豆 赤みそ,八丁みそ	蒸し中華めん,なたね油 三温糖,かたくり粉 ごま油,ワンタン	にんにく,にんじん,ねぎ 玉葱,にら,たけのこ,干し椎茸 しょうが,こまつな,はくさい もやし,メロン	612 kcal 24.1 g
10水	げんまい 玄米ごはん	○	カレー肉じゃが くきわかめのサラダ	牛乳,豚肉,油揚げ くきわかめ	米,もち玄米,しらたき じゃがいも,なたね油 三温糖,上白糖,ごま油	にんじん,玉葱,さやいんげん キャベツ,もやし	618 kcal 17.7 g
11木	ごはん	○	さかな 魚の三味焼き ひじきと大豆の炒め煮 なつやさい 夏野菜の田舎汁	牛乳,さば,白みそ 干ひじき,油揚げ 大豆,生揚げ,赤みそ	米,三温糖,白いりごま なたね油,糸こんにやく じゃがいも	しょうが,ねぎ,にんじん かぼちゃ,とうがん	651 kcal 28.5 g
12金	はいが 胚芽ごはん	○	とうふ 豆腐のチゲ煮 ちゅうか 中華サラダ セレクトアイス	牛乳,豚肉,木綿豆腐 赤みそ,アイスクリーム	米,胚芽米,ごま油 なたね油,上白糖 シャーベット	はくさい,キムチ,はくさい にら,ねぎ,にんにく,しょうが きゅうり,キャベツ,にんじん もやし,さやいんげん	658 kcal 27.0 g
16火	はいが 胚芽パン	○	さけ 鮭のラビゴットソース ジャーマンポテト ABCスープ	牛乳,さけ,ベーコン	胚芽パン,かたくり粉 小麦粉,オリーブ油 三温糖,じゃがいも なたね油,ABCマカロニ	トマト,玉葱,パセリ セロリ,にんじん ほうれんそう	587 kcal 28.5 g
17水	おやこどん 親子丼	○	みそしる 味噌汁 メロン	牛乳,鶏肉,たまご わかめ,赤みそ,白みそ	米,かたくり粉 三温糖,じゃがいも	玉葱,糸みつば,メロン	648 kcal 25.6 g
18木	なつやさい 夏野菜の カレーライス	○	あおだいず 青大豆のサラダ こだま 小玉すいか	牛乳,鶏肉,青大豆	米,なたね油,小麦粉 有塩バター,じゃがいも オリーブ油,三温糖	玉葱,にんにく,しょうが セロリ,かぼちゃ,なす 赤ピーマン,ズッキーニ もやし,キャベツ,にんじん レモン,すいか	711 kcal 20.3 g

※食材料の都合により、献立を変更することがあります。

【給食費の引き落としについて】

7月の引き落としは1回目 5日(金)・2回目 22日(月)です。

1学期最後の引き落としになりますので、前日までに必ずご入金をお願いいたします。

引き落とし金額は低学年4,369円・中学年4,726円・高学年5,066円です。

なお、8月は給食費の引き落としはありません。