

🌈🌟🌟🌟🌟🌟🌟🌟🌟🌟🌟🌟🌟🌟🌟🌟🌟 5月のこんだてひょう① 🌟🌟🌟🌟🌟🌟🌟🌟🌟🌟🌟🌟🌟🌟🌟

令和6年4月30日

小平市立小平第二小学校

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 脂質
1 水	金平ごはん		いか焼き もずくのみそ汁 草だんご	牛乳, 豚肉, いか, 沖縄もずく, 豆腐, 薄削り節, 白みそ, 赤みそ, きな粉	七分つき米, もち米, しらたき, なたね油, でんぶん, 上新粉, 白玉粉, きび糖	にんじん, ごぼう, しょうが, 白菜, えのきたけ, 小松菜, 長ねぎ, よもぎ	561 kcal 25.1 g 15.4 g
2 木	中華おこわ		兜揚げ 豆腐とたまごのスープ	牛乳, 豚肉, 鶏肉, 豆腐, 卵, 薄削り節, チーズ, ツナレトルト	七分つき米, もち米, ごま油, でんぶん, 春巻きの皮, なたね油, じゃがいも, 小麦粉	にんじん, たけのこ水煮, 小松菜, 長ねぎ, 玉ねぎ, パセリ, 干しいたけ	664 kcal 27.5 g 22.5 g
7 火	みそつけめん		お好み焼き ふなきゅうり	牛乳, 豚肉, 赤みそ, 卵, ベーコン, おかか削り節	蒸し中華麺, なたね油, 小麦粉, ながいも	にんにく, 長ねぎ, にんじん, たけのこ水煮, だいずもやし, もやし, にら, ホールコーン, キャベツ, きゅうり	644 kcal 26.0 g 24.8 g
8 水	グリーンピース ごはん		にぎすのからあげ 薬味ソース おひたし 豚汁	牛乳, 炊込みわかめ, にぎす, 豚肉, 豆腐, 油揚げ, 赤みそ, 白みそ, 薄削り節	七分つき米, 白ごま, 小麦粉, でんぶん, きび糖, なたね油, 板こんにゃく, じゃがいも	グリーンピース, しょうが, にんにく, 長ねぎ, 小松菜, キャベツ, にんじん, ごぼう, 大根	568 kcal 23.9 g 19.0 g
9 木	黒米ごはん		ぎせい豆腐 利休汁 甘夏みかん	牛乳, 豆腐, 鶏肉, 芽ひじき, 卵, 赤みそ, 白みそ, 薄削り節	七分つき米, 黒米, なたね油, きび糖, じゃがいも, 白練りごま, 板こんにゃく	にんじん, 長ねぎ, ごぼう, 大根, 甘夏みかん	593 kcal 26.8 g 19.7 g
10 金	黒砂糖食パン		魚のチリソース わかめとえのきのサラダ ワントンスープ	牛乳, メルルーサ, 豚肉, なたね油, わかめ	パン, 小麦粉, でんぶん, なたね油, きび糖, ごま油, ワンタン皮	にんにく, しょうが, 玉ねぎ, にんじん, もやし, 長ねぎ, 小松菜, キャベツ, えのきたけ	566 kcal 27.4 g 20.1 g
13 月	シンガポール ライス		ヨンタオフー フルーツドレッシング サラダ ニューサマーオレンジ	牛乳, 鶏肉, 揚げボール, 白焼き竹輪, 豆腐	七分つき米, なたね油, きび糖, 米粉めん	にんにく, 玉ねぎ, にんじん, 小松菜, しょうが, えのきたけ, もやし, キャベツ, レモン, ほうれんそう, ホールコーン, ブロッコリー, パイン缶, ニューサマーオレンジ	574 kcal 24.0 g 17.5 g
14 火	山菜ごはん		さわらの塩焼き じゃがいものそばろ煮 ひじきサラダ	牛乳, 油揚げ, さわら, 鶏肉, 薄削り節, 芽ひじき, 青大豆	七分つき米, もち米, なたね油, じゃがいも, 板こんにゃく, きび糖, でんぶん, 白ごま	にんじん, ふき, たけのこ水煮, 長ねぎ, きゃえんどう, しょうが, キャベツ, きゅうり	679 kcal 33.4 g 23.0 g
15 水	冷やしうどん		キャベツのツナ和え カレービーンズ	牛乳, 油揚げ, 一分切り昆布, さば厚削り節, ツナレトルト, 大豆	生うどん, きび糖, でんぶん, じゃがいも, なたね油	長ねぎ, ほうれんそう, キャベツ, にんじん, もやし	617 kcal 26.0 g 20.3 g
16 木	いわしの かばやきごはん		ごまあえ みそ汁 宇和ゴールド	牛乳, いわし, 豆腐, 赤みそ, 白みそ, 薄削り節	七分つき米, 小麦粉, でんぶん, なたね油, きび糖, じゃがいも, 白ごま	しょうが, 小松菜, えのきたけ, 長ねぎ, もやし, キャベツ, にんじん, 宇和ゴールド	627 kcal 25.7 g 19.8 g
17 金	きなこ揚げパン		わかめと大根のサラダ チリコンカン	牛乳, きな粉, 豚肉, 大豆, わかめ, 茎わかめ	パン, 上白糖, なたね油, じゃがいも, きび糖	にんにく, セロリ, 玉ねぎ, にんじん, ピーマン, マッシュルーム, ホールコーン, ホルトマト, キャベツ, 大根	606 kcal 25.8 g 25.8 g

🌟 5月給食費徴収金額について

1年生 7,492円(4月分3,392円 5月分4,100円)
2年生 8,200円(4,100円×2か月分)
3・4年生 8,680円(4,340円×2か月分)
5・6年生 9,200円(4,600円×2か月分)

5月10日(金)口座引落日です。

5月は2か月分の引落しがありますのでご注意ください。
※左記の金額に手数料が別途10円かかります。

