



令和7年度 4月 学校給食献立予定表

小金井市立小金井第二中学校

日	牛乳	献立名	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	1人あたり たんぱく質
10 木	○	ごはん さばの塩焼き 新じゃがのシャキシャキきんぴら 春野菜たっぷり鶏団子みそ汁	牛乳 さば 鶏ひき肉 白みそ 赤みそ	米 押麦 じゃがいも 糸こんにゃく かたくり粉 ごま油 三温糖	にんじん 青ピーマン しょうが 玉葱 だいこん キャベツ こまつな ねぎ	767 kcal 34.1 g
11 金	○	米粉のポークカレーライス 春野菜のパリパリサラダ フルーツパンチ (パイン・ぶどう・寒天)	牛乳 豚ばら肉 豚もも肉	米 米粉 押麦 ぎょうざの皮 三温糖 ぶどうゼリー じゃがいも 米ぬか油 揚げ油	玉葱 にんじん しょうが にんにく(りん茎) セロリー キャベツ とうもろこし(冷凍) アスパラガス パイン缶	849 kcal 23.5 g
14 月	○	✿お花見 献立 さくら献立✿ グリーンピースごはん 桜と菜の花の蒸し団子 ふわふわ油揚げ入りからし和え 花ちらしのすまし汁	牛乳 鶏ひき肉 たら(すり身) かまぼこ 油揚げ	米 もち米 冷凍白玉 かたくり粉 米ぬか油	グリーンピース 桜花漬 とうもろこし(冷凍) 玉葱 しょうが にんじん はくさい こまつな かぶ かぼちゃ ほうれんそう	754 kcal 27.2 g
15 火	○	揚げパン ツナのキャベツソテー 春野菜のポトフ	牛乳 ツナ(カジキマグロ) ベーコン 豚もも肉 ウィンナー	マーガリンパン じゃがいも 揚げ油 米ぬか油 グラニュー糖	キャベツ 玉葱 とうもろこし(冷凍) 赤ピーマン セロリー にんじん かぶ はくさい しょうが ほうれんそう	752 kcal 23.6 g
16 水	○	ふんわり卵のあぶたま丼 新じゃがとわかめのみそ汁 清見オレンジ	牛乳 鶏もも肉 たまご 生わかめ 赤みそ 白みそ	米 押麦 仙台麴 じゃがいも 米ぬか油 三温糖	玉葱 にんじん 椎茸 こまつな えのきたけ ねぎ 清見	775 kcal 28.9 g
17 木	○	スパゲティミートソース ひよこ豆と野菜のサラダ いちご	牛乳 豚ひき肉 ひよこめ(乾)	スパゲッティハーフ 米ぬか油 三温糖	にんにく(りん茎) セロリー 玉葱 ごぼう にんじん 青ピーマン キャベツ とうもろこし 赤ピーマン いちご	759 kcal 28.9 g
18 金	○	★小金井和食の日 春の味覚を味わおう★ たけのこごはん(油揚げ) しゃものりフライ きゅうりとワカメの胡麻酢和え 豚汁	牛乳 ししゃも 豚もも肉 あおのり 生わかめ 白みそ 赤みそ 油揚げ	米 小麦粉 パン粉 じゃがいも こんにゃく 米ぬか油 三温糖 揚げ油 ごま油 白いりごま	にんじん たけのこ 赤ピーマン キャベツ きゅうり ごぼう だいこん こまつな ねぎ	755 kcal 30.8 g
21 月	○	春のはちみつトースト 春のアスパラソテー ミートボールシチュー	牛乳 ベーコン 豚ひき肉	食パン パン粉 小麦粉 ソフトタイプマーガリン はちみつ グラニュー糖 米ぬか油 じゃがいも かたくり粉	アスパラガス キャベツ とうもろこし しょうが 玉葱 にんじん マッシュルーム セロリー にんにく(りん茎) ほうれんそう	751 kcal 24.6 g
22 火	○	えびと春野菜の五目つけ麺 野菜たっぷりジャンボぎょうざ	牛乳 豚もも肉 豚ばら肉 豚ひき肉 むきえび なんと	蒸し中華めん(オイルティグ) ぎょうざの皮 かたくり粉 三温糖 米ぬか油 揚げ油 ごま油	にんにく(りん茎) しょうが にんじん はくさい たけのこ(ゆで) こまつな ねぎ 玉葱 たら キャベツ	798 kcal 28.6 g
23 水	○	小松菜ピラフ しろみ魚のマヨマスタード焼き 春野菜のスープ	牛乳 ツナ(カジキマグロ) メルルーサ 鶏もも肉 ベーコン	米 米粉 押麦 シェルマカロニ ノンエッグマヨネーズ 米ぬか油	玉葱 にんじん マッシュルーム こまつな にんにく(りん茎) アスパラガス とうもろこし(冷凍) キャベツ セロリー しょうが	784 kcal 30.7 g
25 金	○	ご飯 肉じゃが(魚の揚げボール入り) ふわふわ卵と豆腐の村雲汁	牛乳 豚もも肉 鶏もも肉 揚げボール たまご 木綿豆腐	米 糸こんにゃく じゃがいも 米ぬか油 三温糖 かたくり粉	玉葱 にんじん グリーンピース(冷凍) ねぎ ほうれんそう	790 kcal 31.5 g
28 月	○	★野菜をおいしく! 二中の人気メニュー★ きんぴらチーズドッグ スパイシーポテト マカロニスープ	牛乳 ベーコン 豚もも肉 ピザチーズ	コッペパン シェルマカロニ 三温糖 じゃがいも 米ぬか油 揚げ油	にんじん ごぼう 玉葱 セロリー しょうが こまつな	752 kcal 25.6 g
30 水	○	ごはん 鶏のから揚げ じゃこサラダ 春雨スープ	牛乳 鶏むね肉 豚もも肉 ちりめんじゃこ	米 かたくり粉 はるさめ 三温糖 揚げ油 白いりごま ごま油 米ぬか油	しょうが にんにく(りん茎) 赤ピーマン キャベツ こまつな にんじん 干し椎茸千切り はくさい ねぎ	808 kcal 30.1 g

※ 食材の都合に余米、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るのでご覧ください。

4月からこのメンバーで安全で安心な、あたたかい給食を心がけ、子ども達の成長を応援していきます！
今年度もどうぞよろしくお願いいたします。