

10月 きゅうしょくだより

札幌市立あいの里西小学校 令和6年(2024年)10月4日発行 No. 7

ていこんだて(10/7~10/31)

〈給食がない学年〉 29日・・・さくら学級(校外学習)



月	火	水	木	金
7 ソフトうどん ごもくうどん ごまポテト くだもの	8 ふかかめし みそしる ふたにくのカレーフライ	9 ごはん にくじゃが いかフライ のりのつくだに	10 かくしょく +ブルーベリージャム ボーククリームシチュー かぼちゃサラダ くだもの	11 ごはん とうふのカレーソース あげぎょうざ くだもの
★鶏肉・油揚げ・つと・にんじん・ほうれん草・ごぼう・長ねぎ・干しいたけ・たまごたけ・しょうゆ・砂糖・酒・みりん・酢・とうがらし・むろあじ・昆布★じゃがいも・揚げ油・すりごま・砂糖・塩★梨(予定)	★胚芽精米・大麦・昆布・あさり・しょうが・にんじん・ごぼう・油・しょうゆ・みそ・砂糖・酒・みりん・葉大根・塩★大根・油揚げ・みそ・むろあじ・昆布★豚肉・しょうゆ・酒・カレー粉・小麦粉・卵・パン粉・オートミール・揚げ油	★豚肉・大豆水煮・じゃがいも・玉ねぎ・しらたき・にんじん・切り干し大根・さやいんげん・干しいたけ・しょうが・油・しょうゆ・砂糖・酒・みりん★冷凍いかフライ(小麦)・揚げ油★もみのり・ひじき・しょうゆ・酒・みりん・砂糖・水あめ	★豚肉・じゃがいも・玉ねぎ・にんじん・パセリ・油・小麦粉・バター・牛乳・豆乳・チーズ・スキムミルク・塩・こしょう・ワイン・鶏がらスープ★かぼちゃ・揚げ油・にんじん・キャベツ・きゅうり・酢・砂糖・しょうゆ・塩・ごま★みかん(予定)	★豆腐・豚ひき肉・玉ねぎ・にんじん・しょうが・にんにく・りんご・油・小麦粉・カレー粉・しょうゆ・ケチャップ・ソース・塩・ワイン・鶏がらスープ★冷凍Fちゃんぎょうざ(小麦)・揚げ油★りんご(予定)
			10/10は目の愛護デー	
14 スポーツの日	15 チキンライス こうやどうふのフライ フルーツカクテル	16 ごはん ふたすきどん みそしる いわしのカリカリフライ	17 ロールパン ベーコンシチュー こまつなサラダ くだもの	18 ゆであげシーフード トマトソーススパゲティ フレンチポテト くだもの
	★胚芽精米・大麦・バター・トマトジュース・ワイン・塩・鶏肉・玉ねぎ・にんじん・マッシュルーム・油・ケチャップ・こしょう★高野豆腐・しょうゆ・砂糖・酒・みりん・カレー粉・塩・小麦粉・すりごま・卵・パン粉・ごま・揚げ油★みかん缶・パイン缶・黄桃缶・洋梨缶・夏みかん缶・りんごジュース・砂糖・ワイン	★豚肉・しらたき・玉ねぎ・たけのこ・たまごたけ・砂糖・しょうゆ・酒・みりん・ほうれん草★豆腐・わかめ・長ねぎ・みそ・むろあじ・昆布★冷凍いわしのカリカリフライ・揚げ油	★ベーコン・じゃがいも・玉ねぎ・にんじん・パセリ・小麦粉・バター・油・牛乳・豆乳・チーズ・スキムミルク・塩・こしょう・ワイン・鶏がらスープ★ハム・緑豆春雨・ひじき・しょうゆ・砂糖・小松菜・酢・ごま油・洋がらし★黄桃缶(予定)	★スパゲティ・油・ベーコン・えび・いか・あさり・ワイン・玉ねぎ・にんじん・セロリ・にんにく・オリーブ油・小麦粉・ケチャップ・トマトピューレ・トマト水煮・ソース・しょうゆ・塩・オレガノ・鶏がらスープ★じゃがいも・揚げ油・塩・こしょう★みかん(予定)
21 ソフトラーメン みそラーメン きなこポテト くだもの	22 こまつなピラフ かぼちゃコロッケ フルーツミックス	23 ごはん ハヤシライス ブロッコリーと コーンのサラダ くだもの	24 かくしょく イタリアンスープ たらのクラッカーあげ チョコクリーム	25 ごはん みそけんちんじる とりにくのてりやき きりぼしだいこんのにつけ
★豚肉・玉ねぎ・にんじん・しょうが・にんにく・ごま・すりごま・ごま油・みそ・しょうゆ・酒・みりん・トウバンジャン・もやし・メンマ・油・長ねぎ・ほうれん草・くきわかめ・鶏がら・豚骨・煮干し・昆布★じゃがいも・揚げ油・きなこ・砂糖・塩★梨(予定)	★胚芽精米・大麦・バター・塩・ワイン・ベーコン・にんじん・玉ねぎ・にんにく・コーン・油・こしょう・小松菜・しょうゆ★冷凍かぼちゃコロッケ(乳・小麦)・揚げ油★みかん缶・パイン缶・黄桃缶・りんご缶・洋梨缶・砂糖	★豚肉・玉ねぎ・にんじん・じゃがいも・セロリ・しょうが・にんにく・マッシュルーム・油・小麦粉・トマトピューレ・ケチャップ・トマト水煮・デミグラスソース(小麦)・ソース・しょうゆ・塩・鶏がらスープ★ブロッコリー・コーン・ごま・油・砂糖・酢・しょうゆ★パイン缶(予定)	★ベーコン・じゃがいも・玉ねぎ・にんじん・コーン・パセリ・アルファベットマカロニ・しょうゆ・塩・こしょう・鶏がらスープ・鶏がら★たら・塩・こしょう・酒・小麦粉・卵・クラッカー・パン粉・揚げ油★豆乳・チョコレート・ピュアココア・砂糖・コーンスターチ	★鶏肉・豆腐・つきこんにやく・にんじん・大根・ごぼう・長ねぎ・油・みそ・むろあじ・宗田かつお・昆布★鶏肉・酒・しょうが・でん粉・小麦粉・揚げ油・しょうゆ・砂糖・みりん・ごま★切り干し大根・油揚げ・つきこんにやく・さつま揚げ・にんじん・油・しょうゆ・砂糖・酒・みりん・昆布

北区の茨戸でとれた
ブロッコリーを使います。

28 ソフトうどん たぬきうどん チーズポテト くだもの	29 とりごぼうごはん みそしる さばスパイスあげ	30 ごはん とうふの オイスターソースに ししゃものからあげ しょうがあげ 魚卵	31 よこわりハンズ かぼちゃのポタージュ ハンバーガー アップルゼリー  	11/1 開校記念日 
★えび・あさり・にんじん・ごぼう・切り干し大根・ひじき・小麦粉・卵・揚げ油・鶏肉・つと・ほうれん草・長ねぎ・たまご・干しいたけ・しょうゆ・砂糖・酒・みりん・酢・とうがらし・むろあじ・昆布★じゃがいも・砂糖・バター・チーズ・牛乳・スキムミルク・塩★柿(予定)	★胚芽精米・大麦・塩・鶏ひき肉・焼き豆腐・しょうが・しょうゆ・砂糖・酒・ごぼう・にんじん・油揚げ・みそ・みりん・油・ごま★たまご・たけ・玉ねぎ・油揚げ・わかめ・みそ・むろあじ・昆布★さば・しょうが・にんにく・酒・しょうゆ・塩・でん粉・小麦粉・カレー粉・チリパウダー・こしょう・揚げ油	★豆腐・豚肉・ピーマン・玉ねぎ・長ねぎ・にんじん・しょうが・にんにく・油・しょうゆ・砂糖・オイスターソース・塩・こしょう・酒・みりん・でん粉★カラフトししゃも(子持ち)・酒・小麦粉・でん粉・揚げ油・しょうゆ・砂糖・みりん・酢★小松菜・もやし・しょうが・しょうゆ・酒	★ベーコン・かぼちゃ・玉ねぎ・セロリ・パセリ・小麦粉・バター・油・牛乳・豆乳・スキムミルク・チーズ・塩・こしょう・ワイン・鶏がらスープ★冷凍レバー入りハンバーグ・揚げ油・ケチャップ・ソース・砂糖・ワイン・洋がらし★りんごジュース・粉寒天・砂糖	

☆材料は主なものを載せています。

☆牛乳は、毎日つきます。(200cc)

☆海産物全般に、小さなかに・えびなどが混入している場合があります。

☆果物は、予定しているものを入れてあります。



～10月10日は、目の愛護デーです～

給食では、10日に、目の健康に役立つ栄養がたっぷり入った食べ物(にんじん、パセリ、かぼちゃ、みかん、ブルーベリー)を使った献立を実施します。

第45回

学校給食展

もぐりん べるりん

まぐろしよくで学ぼう! 食べる楽しさ大切さ

とき 令和6年 10月19日(土) 11:00～18:00

ところ 札幌駅前通地下歩行空間 (北1条イベントスペース東側7～9番出入口)

内容

- 写真・パネル展示 ●食器の移り変わり ●給食の実物展示
- 給食についてのVTR放映 ●リーフレット・レシピの配布
- 札幌市学校給食会共催 (パネル展示・パンフレットなどの配布)
- 札幌市産業振興協議会 (パネル展示)

主催/札幌市学校給食栄養士会 <https://www.s-ciyou.com> 共催/公益財団法人札幌市学校給食会
後援/札幌市教育委員会、札幌市小学校教育委員会、札幌市中学校教育委員会、札幌市PTA協議会、公益財団法人北海道学校給食会、札幌市産業振興協議会

札幌市学校給食栄養士会主催の「**学校給食展**」が今年も開催されます。近くにお越しの際は、ぜひご来場ください。

日時：令和6年10月19日(土)11:00～18:00

場所：札幌駅地下歩行空間
北1条イベントスペース東側7～9番出入口

内容：☆写真・パネル展示
☆食器の移り変わり
☆給食の実物展示
☆給食についてのVTR放映
☆パネル展示
☆リーフレット・レシピの配布 など

オープンスペースなので
とても見やすいです。
給食のレシピもたくさん
置いてありますよ!