

給食だより 7月

令和6年(2024年)6月28日

札幌市立柏中学校

ようやく気温が上がり、夏らしい日がやってきました。

気温が上昇すると、食中毒にも注意が必要ですね。でも、ご家庭で次のような点に気をつけると、予防することができます。

○食中毒に気をつけましょう○

食中毒予防の三原則は、

「(菌を)つけるな(衛生)・増やすな(迅速)・やっつけろ(加熱・冷却)」です。

菌をつけるな(衛生)

- 調理や食事の前には、手をせっけんできれいに洗いましょう。



- 野菜(特に土のついているもの)や魚など水洗いが必要なものは、流水でよく洗いましょう。
- 生肉や魚介類を切るのに使用した包丁やまな板は、よく洗いましょう。(肉や魚用と野菜用の包丁・まな板を分けると効果的です。)



菌を増やすな(迅速)

- 食材を購入する時は生肉や魚介類は最後に買い、帰宅したらすぐに冷蔵庫に入れるようにしましょう。調理をする時は、出したままにせずに、調理する時に冷蔵庫から出しましょう。



- できあがった料理は、温かいものは温かいうちに、冷たいものは冷たいうちに食べましょう。



菌をやっつけろ(加熱・冷却)

- 食材の中心が75℃で1分以上になるように加熱しましょう。
- カレーなどを再加熱する時には、全体に火が通るようによく混ぜながら加熱しましょう。
- 使用した調理器具は、よく洗って乾燥させましょう。まな板・ふきんなどはよく洗い、定期的に消毒するようにしましょう。



○さっぽろ学校給食フードリサイクルについて○

さっぽろ学校給食フードリサイクルとは、給食の調理くずや残食などの生ごみを堆肥化し、その堆肥を利用した作物を給食に使用する取り組みです。中島中学校と柏中学校は、フードリサイクル協力校として生ごみの拠出をしています。また、フードリサイクル堆肥を教材園等で活用し、「食の循環」に関わることで食育、環境教育の充実を目指しています。

今年度も、フードリサイクルで栽培されたレタスを7月と9月に、玉ねぎを12月に使用する予定です。

7月の予定献立

月 1日	火 2日	水 3日	木 4日	金 5日
★◆背割コッペ ◆ベーコンシチュー ◆◎白身魚のハーブ焼き あさりのスパゲティサラダ	キーマカレー 切り干し大根のサラダ	ビリカラ冷やしラーメン きなこポテト 冷凍みかん	給食なし	ご飯 さつまい 揚げいわしハンバーグ からし和え
背割コッペパン/ベーコン,じゃがいも,玉ねぎ,人参,パセリ,小麦粉,バター,サラダ油,牛乳,豆乳,チーズ,スキムミルク/真だら,にんにく,パン粉,粉チーズ,パセリ,バジル,オリーブ油/あさり,しょうが,スパゲティ,きゅうり,人参,ごま油,いりごま/	白飯,豚肉,玉ねぎ,人参,セロリー,しょうが,にんにく,大豆水煮,パセリ,レーズン,サラダ油,小麦粉,トマト缶詰,赤みそ/切り干し大根,まぐろ水煮,人参,もやし,きゅうり,いりごま,ごま油,/	ソフトラーメン,ハム,人参,きゅうり,ホールコーン,ごま油,ラー油,すりごま,玉ねぎ,しょうが,にんにく/じゃがいも,揚げ油,きな粉/冷凍みかん		白飯/豚肉,さつまいも,豆腐,つきこんにゃく,人参,大根,ごぼう,長ねぎ,しょうが,サラダ油/玉ねぎ,人参,植物性たんぱく,ねぎ,いわし,魚すり身,しょうが,片栗粉,じゃがいも,にんにく,揚げ油/ハム,ほうれん草,もやし/
8日	9日	10日	11日	12日
★◆コッペパン ◆ミートパスタグラタン ほうれん草としめじのサラダ 温州みかんゼリー	スタミナ丼 味噌汁 すいか	ミートとズッキーニの スパゲティ フレンチポテト	レタス入り焼豚チャーハン 南瓜コロッケ もやしのカレー和え	ご飯 ジンギスカン カラフトししゃもの から揚げ ミニトマト
コッペパン/マカロニ,豚肉,しょうが,にんにく,玉ねぎ,人参,マッシュルーム,セロリー,小麦粉,バター,サラダ油,ケチャップ,チーズ,トマト缶詰,ミックスチーズ,粉チーズ,パン粉,パセリ/ハム,ほうれん草,ホールコーン,ぶなしめじ,いりごま,サラダ油/みかん,ゲル化剤等/	白飯,豚肉,メンマ,人参,サラダ油,もやし,にら,玉ねぎ,りんご,しょうが,にんにく,かたくり粉,ごま油,いりごま/大根,油揚げ/すいか/	スパゲティ,オリーブ油,パセリ,豚肉,玉ねぎ,人参,大豆水煮,マッシュルーム,セロリー,にんにく,ズッキーニ,揚げ油,トマトピューレ/じゃがいも,揚げ油,/	米,大麦,豚肉,長ねぎ,しょうが,にんにく,人参,玉ねぎ,ホールコーン,干しいだけ,サラダ油,レタス,ごま油/かぼちゃ,パン粉,じゃがいも,玉ねぎ,パン粉,米粉,小麦粉,揚げ油/もやし,春雨,きゅうり,人参,ごま油/	白飯/ラム肉,もやし,ピーマン,キャベツ,人参,サラダ油,じゃがいも,揚げ油,しょうが,にんにく,玉ねぎ,りんご,/カラフトししゃも(手持ち),小麦粉,片栗粉,揚げ油/ミニトマト
15日	16日	17日	18日	19日
海の日 	ご飯 厚揚げのカレーソース ひじき春巻 さくらんぼ	冷麦 鶏肉とポテトのソテー すいか	とりめし ★◎さんまごまフライ 磯和え	ご飯 豆腐のトトロコ煮 揚げえびシューマイ ナムル
白飯/厚揚げ,豚肉,豚レバーチップ,人参,玉ねぎ,さやいんげん,しょうが,にんにく,小麦粉,サラダ油/たけのこ,人参,豚肉,ひじき,片栗粉,小麦粉,揚げ油/さくらんぼ	ソフト冷麦,油揚げ,干しいだけ,つと,きゅうり,ほうれん草,長ねぎ/鶏肉,しょうが,片栗粉,じゃがいも,揚げ油,ピーマン/すいか	米,大麦,鶏肉,しょうが,玉ねぎ,サラダ油/さんま,しょうが,小麦粉,全卵,いりごま,パン粉,揚げ油/小松菜,もやし,切りのり/	白飯/豆腐,鶏肉,小松菜,長ねぎ,人参,しょうが,にんにく,サラダ油,片栗粉/玉ねぎ,たい,えび,豚脂,パン粉,植物性たんぱく,小麦粉,片栗粉,揚げ油/ハム,ほうれん草,もやし,人参,ごま油,いりごま/	
22日	23日	24日	25日	26日
★◆横割パンズ ◆キャロットポタージュ フリカツ セルフドック ◆チーズフォンデュサンドコロッケ コールスローサラダ リザーブ給食	カオ・ラートナー・ガイ 小松菜スープ パイン缶詰	冷やしたぬきうどん(えび入り) ごまだんご メロン	終業式	夏季休業～8月25日
横割パンズ/ベーコン,玉ねぎ,人参,じゃがいも,パセリ,小麦粉,バター,サラダ油,チーズ,スキムミルク,牛乳,豆乳/ぶり,小麦粉,パン粉,揚げ油/豚肉/じゃがいも,チーズ,脱脂粉乳,パン粉,小麦粉,米粉,大豆たんぱく,揚げ油/	白飯,鶏肉,小麦粉,片栗粉,揚げ油,玉ねぎ,ピーマン,赤ピーマン,こねぎ,サラダ油,オイスターソース,コーンスターチ,/ベーコン,小松菜,春雨,ホールコーン/パイン缶詰	ソフトめん,あさり,むきえび,かたくちいわし,さくらえび,人参,春菊,ごぼう,切り干し大根,ひじき,小麦粉,全卵,揚げ油,つと,ほうれん草,長ねぎ,干しいだけ/白玉もち,すりごま/メロン		

オリザーブ給食を実施します

22日(月)はリザーブ給食です。「おかずを選んで、パンを残さず食べよう!」をテーマに、フリカツ・ポークフランク・チーズフォンデュサンドコロッケの中から自分で選んだものを食べます。北海道産の小麦粉を使用したパンに自分ではさんで、おいしく食べてほしいと思います。ご家庭でも話題にしてみてください。



★…卵 ◆…乳製品 ◇…えび *…バラ科の果物
 ◎アレルギー対応可能献立
 ※牛乳は毎日つきます。
 ※果物は変更になる場合があります。

給食で使用している食品について

給食で使用しているあさりやわかめ等には、小さなかに・えびが混入している場合があります。また、ししゃもは雑食性のため体内にえびが混入している場合がありますので、アレルギーのある方はご注意ください。