

きゅうしょくだより

令和7年4月8日
札幌市立大谷地東小学校

入学・進級おめでとうございます。学校給食は1日3回の食事のうちの1回の食事ですが、体も心も大きく成長する子どもたちにとって、とても大切な食事です。安全でおいしい給食の提供だけでなく、給食を通して食の大切さや健康について学べるようにメニューや指導を工夫してまいります。給食だよりなどで情報を発信していきたいと思っておりますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

大谷地東小と 大谷地小の給食

大谷地小の給食室では・・・

大谷地東小と大谷地小の約 900 人分の給食を栄養教諭 1 名、調理員 6 名で心を込めて作ります。

主食について

今年度は月曜日がパン、火曜日と金曜日が白飯、水曜日が麺、木曜日は自校炊飯（炊き込みごはん、ピラフなど）となっています。

米は北海道産「ゆめぴりか」で、自校炊飯の米は胚芽精米を使用しています。麺やパンは、北海道産の小麦粉を使って作られたものです。（そばは、出ません。）

おかずについて

地産地消の観点から道産品を使用するように心掛けています。供給期間は限られていますが、農薬や肥料を減らして作られたクリーン青果物を取り入れています。

スープやだしは、豚骨・鶏がら・昆布・削り節でとります。カレーのルウやシチューのルウも手作りです。

献立について

主食やおかずの量は、低・中・高と学年が上がるごとに少しずつ増えます。

日本人が塩分の摂り過ぎの傾向にあることから、給食では「おいしく減塩」に努めています。

アーモンド・カシューナッツ等のナッツ類を含む献立の提供はありません。

お知らせとお願い

★2～6年生の給食は9日（水）から、1年生の給食は14日（月）から始まります。

★食べ残したものは、安全や衛生の面から持ち帰ることを禁止しています。

★新たに食物アレルギーが分かった場合、すみやかに学校へお知らせください。

★毎月発行する給食だよりでは、予定献立や食の情報についてお知らせします。食育は、学校と家庭の連携によってより効果的になります。お子さんと給食の献立について話題にするなど、食に関心をもてるように、ご協力をお願いします。

★けがや病気などで長期間学校を休む場合や転出が決まった際は、給食費の調整手続きがありますので、すみやかに学校へお知らせください。また、給食についてのご質問やご意見などがございましたら、担任を通じて、大谷地小栄養教諭までお問い合わせください。

～きゅうしょくぶくろのご準備をお願いします～

☐ エプロン

☐ 帽子（三角巾やバンダナ）

☐ ランチマット

☐ ハンカチ

☐ マスク



給食の盛り付け・配膳する児童はエプロン・帽子（三角巾やバンダナ）・マスクを必ず身に付けます。

ランチマット・ハンカチは清潔なもの持ってきてましょう。

4月のよていにन्दて

月	火 8日	水 9日	木 10日	金 11日
	 入学式・始業式	にくうどん シナモンポテト きよみオレンジ	ごもくごはん みそしる ブリカツ	ごはん けんちんじる サバあげ ごまあえ
14日	15日	16日	17日	18日
くらコッペパン チキンクリームに あつあげサラダ パインかん	カレーライス こまつなと コーンのサラダ	ゆであげミートソース フレンチポテト	コーンピラフ チキンナゲット フルーツカクテル	ごはん マーボーどうふ ししゃものからあげ ナムル
黒コッペパン/鶏肉、マカロニ、にんじん、玉ねぎ、マッシュルーム、パセリ、小麦粉、 バター 、 生乳 、豆腐、 チーズ 、 スキムミルク 、鶏がらスープ/厚揚げ、しょうが、かたくり粉、小麦粉、キャベツ、きゅうり、にんじん、白ごま/パイン缶詰	白飯、豚肉、じゃがいも、にんじん、玉ねぎ、セロリ、りんご、しょうが、にんにく、グリーンピース、小麦粉、カレーうどん、ウスターソース、中濃ソース、ケチャップ、鶏がらスープ/こまつな、ホールコーン、白ごま	スパゲティ、パセリ、豚肉、玉ねぎ、にんじん、大豆水煮、マッシュルーム、セロリ、にんにく、小麦粉、ケチャップ、トマトピューレ、デミグラスソース、ウスターソース、中濃ソース、鶏がらスープ/じゃがいも	米、おおむぎ、 バター 、ベーコン、玉ねぎ、にんじん、ホールコーン、マッシュルーム、パセリ/チキンナゲット/みかん缶詰、パイン缶詰、黄桃缶詰、なし缶詰、なつみかん缶詰、りんごジュース	白飯/豆腐、豚肉、しょうが、にんにく、にんじん、長ねぎ、干しいたけ、赤みそ、トウバンジャン、かたくり粉/カラフトししゃも（子持ち）、小麦粉、かたくり粉/ほうれんそう、もやし、にんじん、白ごま
21日	22日	23日	24日	25日
ツイストパン コーンシチュー あさりのスパゲティサラダ りんご	とりミックスどん みそしる きよみオレンジ	きつねうどん あおのりポテト おうとうかん	とりめし みそしる とかちだいずコロッケ	ごはん ぶたじる いわしのかばやき いそあえ
ツイストパン/ホールコーン、クリームコーン、ベーコン、玉ねぎ、にんじん、じゃがいも、パセリ、小麦粉、 バター 、 スキムミルク 、 チーズ 、 生乳 、豆腐、鶏がらスープ/あさり、しょうが、スパゲティ、きゅうり、にんじん、白みそ、白ごま/りんご	白飯、鶏肉、しょうが、厚揚げ、小麦粉、かたくり粉、にんじん、玉ねぎ、たけのこ、干しいたけ、ピーマン、白ごま/じゃがいも、にら、白みそ、赤みそ/清見オレンジ	ソフトめん、油揚げ、だし汁、つと、干しいたけ、長ねぎ、たまごたけ、ほうれんそう/じゃがいも、青のり/黄桃缶詰	米、おおむぎ、鶏がらスープ、鶏肉、しょうが、玉ねぎ/油揚げ、こまつな、えのきたけ、白みそ、赤みそ/十勝大豆コロッケ	白飯/豚肉、豆腐、じゃがいも、板こんにゃく、にんじん、だいこん、玉ねぎ、ごぼう、長ねぎ、しょうが、白みそ、赤みそ/まいわし、小麦粉、しょうが、白ごま、かたくり粉/こまつな、はくさい、切りのり
28日	29日	30日	1日	2日
よこわりバンズ みそワタンスープ レバーいりハンバーグ パインかん	 昭和の日	しょうゆラーメン ごまポテト ジュシーオレンジ	たきこみいなり メンチカツ おひたし	わふうそぼろごはん みそしる ほっけカレーあげ
横割バンズ/ワタンスープ、豚肉、しょうが、にんにく、赤みそ、白みそ、ごま油、メンマ、にんじん、玉ねぎ、もやし、長ねぎ、ほうれんそう、鳥がら、豚骨、煮干し、昆布、玉ねぎ、にんじん/レバー入りハンバーグ、なたね油、揚げ油/パイン缶詰		ソフトラーメン、豚肉、メンマ、しょうが、にんにく、つと、もやし、玉ねぎ、にんじん、長ねぎ、ほうれんそう、くきわかめ/じゃがいも、白すりごま/ジュシーオレンジ	米、おおむぎ、油揚げ、にんじん、干しいたけ、ひじき、白ごま、あまのり（焼きのり）/メンチカツ/こまつな、もやし、糸かつお	白飯、鶏肉、焼き豆腐、切り干し大根、干しいたけ、白ごま、しょうが、ごぼう、にんじん、ひじき、赤みそ/厚揚げ、こまつな、白みそ、赤みそ/ほっけ、小麦粉、かたくり粉、カレー粉



- ・牛乳は、毎日200mL（1本）つきます。
- ・給食で使用している主な食材を明記してあります。予算や時季、その他の関係で、果物や使用食材が変更になることもありますのでご理解いただきますよう、よろしくお願いいたします。
- ・海由来の食材には小エビや小カニなどが混入していることがあります。
- ・使用食材は献立の下に記入しておりますが、調味料や香辛料、だしは記載しておりません。アレルギー等で心配な場合は、献立表（詳細）をお渡ししますので、そちらをご確認ください。
- ・給食では、揚げ油を数回使いまわすことがあります。ご承知おきください。

