

1月 給食だより

令和5年（2023年）12月25日 札幌市立栄西小学校

月	火	水	木	金
22日 始業式 よこわりパン イタリアンスープ レバー入りハンバーグ ヨーグルト	23日 ごはん しらたまじる ぶりのみそてりやき こうはくなます	24日 ながさきちゃんぽん ごまポテト みかん	25日 こまつなピラフ しろはなまめコロッケ フルーツミックス	26日 あつあげ入りにくいめどん みそしる（とうふ・わかめ） みかん
●小麦粉・マーガリン・ショートニング・砂糖・脱脂粉乳●ベーコン・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・コーン・パセリ・マカロニ・鶏ガラスープ●レバー入りハンバーグ（加工）・菜種油	●精白米●白玉もち・鶏肉・凍り豆腐・にんじん・大根・ほうれんそう・ごぼう・長ねぎ・干しいたけ●ぶり・小麦粉・片栗粉・味噌・しょうが・ごま●大根・人参	●ソフトラーメン●豚肉・しょうが・にんにく・菜種油・えび・つと・もやし・人参・たまねぎ・キャベツ・たけのこ・チンゲンサイ・きくらげ・ごま油●じゃがいも・菜種油・ごま	●胚芽精米・大麦・バター・ベーコン・にんじん・たまねぎ・にんにく・コーン・菜種油・小松菜●白花豆コロッケ（加工）・菜種油●みかん缶・パン缶・りんご缶・黄桃缶・洋なし缶	●精白米●豚肉・メンマ・人参・もやし・小松菜・厚揚げ・片栗粉・たまねぎ・りんご・しょうが・にんにく・トウバンジャン・ごま油・ごま●豆腐・わかめ・長ねぎ・みそ
29日 ソフトフランスパン ポテトクリームに ポークシュウマイ こまつなとコーンのサラダ	30日 ごはん いしかりなべ ぶたにくのごまあげ おひたし	31日 パスタカレーソース あさりのサラダ	2月1日 ごもくごはん みそしる （こまつな・あつあげ） エビフライ	2月2日 ごはん みそけんちんじる いわしのごまフライ だいずのいそに
●小麦粉・砂糖・ラード・麦芽エキス・上新粉●ベーコン・じゃがいも・たまねぎ・マッシュルーム・小麦粉・バター・菜種油・チーズ・スキムミルク・牛乳・豆乳・鶏ガラスープ・パセリ●ポークシュウマイ（加工）・菜種油●小松菜・コーン・ごま・菜種油	●精白米●鮭・豆腐・こんにゃく・人参・キャベツ・たまねぎ・しめじ・長ねぎ・味噌・さんしょう●豚肉・しょうが・にんにく・ごま・小麦粉・片栗粉・ごま・菜種油●小松菜・白菜・糸かつお	●ソフトパスタ●豚肉・玉ねぎ・人参・大豆・セロリ・マッシュルーム・しょうが・にんにく・パセリ・菜種油・小麦粉・カレールウ・鶏ガラスープ●あさり・しょうが・きゅうり・キャベツ・にんじん・菜種油・ごま・ごま油	●胚芽精米・大麦・鶏肉・油揚げ・しらたき・人参・ごぼう・たけのこ・ひじき・しいたけ・グリーンピース・菜種油●小松菜・厚揚げ・味噌●エビフライ（加工）・菜種油	●精白米●鶏肉・豆腐・こんにゃく・にんじん・だいこん・ごぼう・長ねぎ・菜種油・味噌●いわし・しょうが・小麦粉・卵・パン粉・ごま・菜種油●にんじん・こんにゃく・ひじき・大豆水煮・さやいんげん・菜種油

- ★牛乳は毎日つきます。
- ★果物は予定です。食材や献立につきましては、気象状況等により変更することもありますのでご了承ください。
- ★給食だよりには献立の主な材料を載せてあります。もっと詳しく知りたい場合は、栄養教諭・岡本までご連絡ください。

加工食品に含まれるアレルギー物質 （特定原材料28品目）

- 22日（月）レバー入りハンバーグ（牛肉・豚肉・大豆）
- 25日（木）白花豆コロッケ（乳・小麦・大豆）
- 29日（月）ポークシュウマイ（豚肉・牛肉・大豆・小麦）
- 2月1日（木）エビフライ（えび・小麦・大豆）

ウイルスにご用心！



今年も一年中コロナウイルスやインフルエンザウイルスと戦ってきましたが、さらにノロウイルスについても用心しなければいけない季節となりました。ノロウイルスによる食中毒は、例年12月から3月に多いのが特徴です。ノロウイルスは感染力が非常に強く、ウイルスに汚染された食品や水から感染するほか、人から人へも感染します。しかもノロウイルスはコロナウイルスと違ってアルコールは効きません。まな板やふきん類を消毒する時は、塩素系漂白剤（次亜塩素酸ナトリウム）を用いるようにしましょう。また、感染力の高いウイルスに負けない体をつくるには、免疫力を高めることがポイントとなります。そのためには、具たくさん汁物や鍋物、シチューなどが便利。体が温まると免疫力も高まります。体温が下がっている朝も、食事に温かい汁物を取り入れることをおすすめします。お子さんが元気に活動できるように温かい朝ごはんを送り出してあげましょう！