



札幌市立南月寒小学校  
札幌市立あやめ野小学校  
令和7年5月30日

## 6月は食育推進月間です！

### 食のピクトグラムを知っていますか？

食育の取組を子どもから大人まで分かりやすく発信するために、表現を単純化した絵文字で多くの人に使用してもらうことを目的に、農林水産省が考案しました。毎日の朝食や、楽しい食事等、日常の何気ないことが食育につながります。ぜひ、一つの指標として、普段の生活に取り入れていきましょう。

学校給食や食に関する指導においても、あてはまる項目がたくさんあります。学校でも参照しながら食育を推進していきます。



### 親子青果物産地見学・収穫体験会 が開催されます！

札幌市の学校給食で使用されているプルーンの産地 仁木町を訪ねて、生産者と交流しながらプルーンの収穫を行い、さらにプルーンとミニトマトの選果場を見学する親子体験会です。

実施日時 令和7年8月9日(土)

対象 市内在住の小学校4年生から6年生の児童とその保護者

定員 15組(30名)

参加費 無料

主催 公益財団法人札幌市学校給食会(☎211-3897)



★申し込み方法や昨年度の様子など、詳細は札幌市学校給食会のホームページをご覧ください★

札幌市学校給食会



月	火	水	木	金
2  	3 カオ・ラートナー・ガイ (鶏肉のあんかけごはん) チンゲン菜のスープ パイン缶  精白米、鶏肉、玉ねぎ、ピーマン、赤ピーマン、こねぎ、小麦粉、片栗粉、コーンスターチ/チンゲン菜、春雨、ベーコン、ホールコーン、油/パイン缶/	4 五目うどん 青のりポテト バナナ  ソフトめん、鶏肉、油揚げ、つと、人参、ほうれん草、ごぼう、長ねぎ、干しいたけ、たまごたけ/じゃがいも、青のり/バナナ/	5 シーフードピラフ 白花豆コロッケ フルーツカクテル  胚芽精米、大麦、えび、いか、あさり、玉ねぎ、人参、マッシュルーム、ベーコン、パセリ、バター、油/白花豆コロッケ(冷凍)/缶詰(みかん、パイナップル、黄桃、梨、なつみかん)、りんごジュース/	6 和風そぼろごはん 味噌汁 (じゃがいも・わかめ) いわしスパイス揚げ  精白米、鶏肉、焼き豆腐、切干大根、干しいたけ、ごぼう、人参、ひじき、白ごま、しょうが、油/じゃがいも、塩わかめ、長ねぎ/いわし、しょうが、にんにく、片栗粉、小麦粉、油/
9 コッペパン ポテトクリーム煮 もやしのごまサラダ 黄桃缶  コッペパン/じゃがいも、玉ねぎ、マッシュルーム、ベーコン、小麦粉、バター、チーズ、スキムミルク、牛乳、豆乳、パセリ/小松菜、もやし、ホールコーン、人参、白ごま/黄桃缶/	10 ごはん けんちん汁 醤油味 ほっけカレー揚げ ひじきの煮物  精白米/鶏肉、豆腐、こんにゃく、人参、大根、ごぼう、長ねぎ、油/ほっけ、小麦粉、片栗粉、油/ひじき、油揚げ、人参、油/	11 パスタカレーソース あさりのサラダ  ソフトパスタ、豚肉、大豆水煮、玉ねぎ、人参、マッシュルーム、セロリ、しょうが、にんにく、パセリ、小麦粉、カレールウ、油/あさり、しょうが、きゅうり、キャベツ、人参、白ごま、ごま油/	12 いりこ菜めし 味噌汁(豆腐・わかめ) メンチカツ  胚芽精米、大麦、しらす干し、葉大根、白ごま/豆腐、塩わかめ/メンチカツ(冷凍)/	13 ごはん スンドゥブチゲ ひじき入りぎょうざ ナムル  精白米/豆腐、豚肉、人参、玉ねぎ、えのき、にら、あさり、しょうが、にんにく、ごま油/ひじき入りぎょうざ(冷凍)/ほうれん草、もやし、人参、白ごま、ごま油/
16 ロールパン チキンクリームシチュー 人参とコーンのサラダ ミニトマト  ロールパン/鶏肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、パセリ、小麦粉、バター、牛乳、豆乳、チーズ、スキムミルク、油/ハム、人参、きゅうり、ホールコーン、油/ミニトマト/	17 ハヤシライス 大根サラダ  精白米、豚肉、玉ねぎ、人参、じゃがいも、セロリ、しょうが、にんにく、マッシュルーム、グリーンピース、小麦粉、トマト缶、油/大根、まくろ水煮、きゅうり、人参、白ごま、ごま油/	18 塩ラーメン シナモンポテト パイン缶  ソフトラーメン、豚肉、メンマ、つと、もやし、人参、玉ねぎ、白菜、長ねぎ、ほうれん草、塩わかめ、しょうが、にんにく、油/さつまいも、油/パイン缶/	19 小松菜ピラフ 高野豆腐のフライ フルーツミックス  胚芽精米、大麦、小松菜、人参、玉ねぎ、ホールコーン、ベーコン、にんにく、バター、油/高野豆腐、小麦粉、白ごま、全卵、パン粉、油/缶詰(みかん、パイナップル、りんご、黄桃、梨)/	20 ごはん 肉じゃが 揚げいわしハンバーグ おひたし  精白米/豚肉、大豆水煮、じゃがいも、玉ねぎ、白滝、人参、切干大根、さやいんげん、干しいたけ、油/いわしハンバーグ(冷凍)/小松菜、もやし、糸かつお/梨)/
23 横割パンズ コーンポタージュ レバー入りハンバーグ 冷凍みかん  横割パンズ/クリームコーン、ホールコーン、ベーコン、じゃがいも、玉ねぎ、人参、パセリ、小麦粉、バター、牛乳、豆乳、チーズ、スキムミルク、油/レバー入りハンバーグ(冷凍)/みかん/	24 タコライス かぼちゃチーズフライ 沖縄パインゼリー  精白米、豚肉、大豆水煮、玉ねぎ、人参、ホールコーン、レタス、しょうが、にんにく、トマト缶、油/かぼちゃチーズフライ(冷凍)/沖縄パインゼリー/	25 冷やしラーメン きなこポテト 洋なし缶  ソフトラーメン、ハム、もやし、きゅうり、ホールコーン、人参、白ごま、ごま油/じゃがいも、きな粉/洋なし缶/	26 鶏ごぼうごはん 味噌汁 (小松菜・玉ねぎ・たまご) 野菜春巻き  胚芽精米、大麦、鶏肉、焼き豆腐、ごぼう、人参、油揚げ、しょうが、白ごま、油/小松菜、たまごたけ、玉ねぎ/野菜春巻き(冷凍)/	27 ごはん マーボー豆腐 ししゃものから揚げ 磯和え  精白米/豆腐、豚肉、人参、長ねぎ、干しいたけ、しょうが、にんにく、片栗粉、ごま油/カラフトししゃも、小麦粉、片栗粉、油/小松菜、もやし、もみのり/
30 角食 ワントンスープ醤油味 釧路産たらフライ きなこクリーム  角食/ワントン、豚肉、人参、ほうれん草、もやし、メンマ、長ねぎ、しょうが、にんにく、油/釧路産たらフライ(冷凍)/豆乳、きな粉、バター、コーンスターチ/	 <p>★牛乳200mLは毎日つきます。</p> <p>★揚げ油は、献立により使いまわす場合があります。</p> <p>★天候や収穫状況により、果物等が変更になることがあります。</p> <p>★海産物全般について、小さなえびやかに等が混入していることがあります。</p> <p>★献立下段の使用食材は、調味料やだしを取るための食材等は記載を省略しています。詳しい献立表が必要な方はお知らせください。</p>			