

給食だより

6月

◆◆◆2025 年 5 月 30 日発行 札幌市立藤野小学校◆◆◆

○6月は食育月間です



毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」と定められています。

食育は、生きる上での基本で、知育・徳育・体育の基礎ともなるものです。

また、子どもの頃に身に付いた食習慣は、生涯に渡っての基本となります。将来健康に過ごすためにも、成長期の今から食について学んでいくことが大切です！学校給食の中でも、食への関心が深まるような声かけを行っています。

1 みんなで楽しく食べよう

2 朝ごはんを食べよう

8 食べ残しをなくそう

のぞましい生活リズム

はや 早ね・早おき・あさ 朝ごはんの習慣はできていますか？

11 和食文化を伝えよう

3 バランスよく食べよう

9 産地を応援しよう

食を大切に

するきもち

「のこさず食べる」
「すてない工夫」が
できていますか？

郷土料理や行事食を親しみ 食を楽しむ

月 2日	火 3日	水 4日	木 5日	金 6日
ふり 振 替 きゅうぎょうび 休業日	シーフードピラフ 白花豆コロッケ フルーツミックス	ごはん けんちんじる ほっけカレーあげ ひじきのにももの	ツイストパン ほうれんそう のクリームに あつあげサラダ パインかん	ごはん にくじゃが あげいわし ハンバーグ おひたし
	米, おおむぎ, バター, 白ワイン, ベーコン, むきえび, 白ワイン, あさり, たんざくいか, 白ワイン, たまねぎ, にんじん, マッシュルーム, パセリ/白花豆, じゃがいも, バター, パン粉, でん粉/みかん缶詰, パイン缶詰, りんご缶詰, 黄桃缶詰, なし缶詰, なつみかん缶詰	鶏肉, 豆腐, つきこんにゃく, にんじん, だいこん, ごぼう, 長ねぎ, サラダ油/ほっけ, 片栗粉, 小麦粉/ひじき, 油揚げ, にんじん, サラダ油, てんさい糖	ベーコン, ほうれん草, マカロニ, にんじん, 玉ねぎ, マッシュルーム, 小麦粉, バター, サラダ油, チーズ, 牛乳, 豆乳, 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, なたね油, キャベツ, きゅうり, にんじん, ごま油, 白ごま	米, おおむぎ, バター, 白ワイン, ベーコン, むきえび, 白ワイン, あさり, たんざくいか, 白ワイン, たまねぎ, にんじん, マッシュルーム, パセリ/白花豆, じゃがいも, バター, パン粉, でん粉/みかん缶詰, パイン缶詰, りんご缶詰, 黄桃缶詰, なし缶詰, なつみかん缶詰
9日	10日	11日	12日	13日
しおラーメン シナモンポテト りんごかん	とりごぼうごはん みそしる やさいはるまき	カレーライス 小松菜と ベーコンのサラダ	くろコッペパン あさりのチャウダー ハムコーンサラダ アップルゼリー	わふうそぼろごはん みそしる いわしスパイスあげ
豚肉, メンマ, しょうが, にんにく, サラダ油, 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/さつまいも, なたね油	米, おおむぎ, 鶏肉, 豆腐, しょうが, ごぼう, にんじん, 油揚げ, 赤みそ, 白ごま/キャベツ, ひじき, 豚肉, 春雨, 玉ねぎ, にんじん, でん粉, オイスターソース, 小麦粉/豆腐, なめこ, 長ねぎ, 白みそ, 赤みそ	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, 小麦粉, サラダ油, カレー粉/ベーコン, こまつな, もやし, 白ごま	あさり, 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, サラダ油, 牛乳, 豆乳, スキムミルク, チーズ/ハム, ホールコーン, キャベツ, ごま油/りんごジュース, 寒天	鶏肉, 豆腐, 切り干し大根, 干しいたけ, ひじき, 白ごま, しょうが, 油(サラダ), ごぼう, にんじん, 赤みそ/じゃがいも, わかめ, 長ねぎ, 赤みそ, 白みそ/いわし, しょうが, にんにく, かたくり粉, 小麦粉

16日	17日	18日	19日	20日
ごもくうどん だいがくいも れいとうみかん	ツナライス とかちだいず 十勝大豆コロッケ サイコロサラダ	ごはん スンドゥブチゲ ひじきいりぎょうざ ナムル	ロールパン チキンクリームシチュー にんじんと コーンのサラダ かぼちゃチーズフライ	かきあげどん みそしる ようなしかん
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/さつまいも、水あめ、黒砂糖、黒ごま	米、おおむぎ、豆腐、まぐろ水煮、にんじん、ごぼう、干しいたけ、グリーンピース、サラダ油、/じゃがいも、大豆、玉ねぎ、パン粉、でん粉、なたね油/ハム、にんじん、きゅうり、ホールコーン、ごま油、からし	豆腐、豚肉、しょうが、にんにく、赤みそ、ごま油、あさり、にんじん、玉ねぎ、えのきたけ、にら/キャベツ、豚肉、ひじき、鶏肉、長ねぎ、でん粉、ごま油、しょうが、しいたけ、小麦粉/ほうれんそう、もやし、にんじん、白ごま、ごま油	鶏肉、じゃがいも、玉ねぎ、にんじん、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/ハム、にんじん、きゅうり、ホールコーン、サラダ油/かぼちゃ、パン粉、チーズ、牛乳、小麦粉、でん粉	いか、えび、あさり、さくらえび、しらす、玉ねぎ、にんじん、ごぼう、ひじき、きりぼしだいこん、小麦粉、鶏卵、かたくり粉/キャベツ、油揚げ
23日	24日	25日	26日	27日
ひやしラーメン あおのりポテト おうとうかん	 ほっかいどう をたべよう たきこみいかめし みそしる メンチカツ	タコライス ワカメスープ ミニトマト	ハンバーガー (パンズ・レバーいりハンバーグ・ケチャップソース) コーンポタージュ りんご	ハヤシライス だいこんサラダ
ハム、もやし、きゅうり、ホールコーン、にんじん、ごま油、白ごま/じゃがいも、なたね油、青のり	米、もち米、いか、こまつな/こまつな、たまごたけ、玉ねぎ/豚肉、パン粉、玉ねぎ、小麦粉、でん粉、大豆	豚肉、大豆、赤ワイン、玉ねぎ、にんじん、しょうが、にんにく、ホールコーン、レタス、ウスターソース、中濃ソース、ケチャップ、トマト缶/塩わかめ、干しいたけ、長ねぎ、白ごま、ごま油	クリームコーン、ホールコーン、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、サラダ油、スキムミルク、チーズ、牛乳、豆乳/牛肉、玉ねぎ、豚肉、豚レバー、でん粉、なたね油	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、グリーンピース、サラダ油、トマト缶、デミグラスソース、ウスターソース、中濃ソース/大根、まぐろ水煮、きゅうり、にんじん、白ごま、ごま油
30日	1日	2日	3日	4日
ひやしきつねうどん ごまポテト メロン	レタス入り やきぶたチャーハン しろはなまめ 白花豆コロッケ フルーツしらたま	カオ・ラートナー・ガイ チンゲンサイのスープ パインかん	かくしよく ワンタンスープ しろみざかなのフライ きなこクリーム	ごはん マーボー豆腐 ししゃものからあげ いそあえ
油揚げ、つと、にんじん、ほうれんそう、長ねぎ、干しいたけ、たまごたけ/じゃがいも、白ごま	米、おおむぎ、豚肉、長ねぎ、しょうが、にんにく、にんじん、玉ねぎ、ホールコーン、干しいたけ、サラダ油、レタス、ごま油/白花豆、じゃがいも、バター、パン粉、でん粉/みかん缶詰、パイン缶詰、りんご缶詰、黄桃缶詰、なし缶詰、白玉	鶏肉、かたくり粉、小麦粉、玉ねぎ、ピーマン、赤ピーマン、小ねぎ、ナンプラー、オイスターソース、コーンスターチ、サラダ油/チンゲンサイ、ベーコン、はるさめ、ホールコーン	ワンタン皮、豚肉、しょうが、にんにく、トウバンジャン、ごま油、メンマ、もやし、長ねぎ、ほうれんそう、サラダ油/たら、小麦粉、鶏卵、パン粉/豆乳、きな粉、コーンスターチ、バター	豆腐、豚肉、しょうが、にんにく、サラダ油、にんじん、長ねぎ、干しいたけ、オイスターソース、ごま油、トウバンジャン、かたくり粉/カラフトししゃも、小麦粉、かたくり粉、なたね油



ほっかいどう た 北海道を食べよう 2025 が始まります！

ほっかいどうさん しょくざい きょうどりようり と い じっさい あじ
北海道産の食材・郷土料理などを取り入れたメニューを実際に味
わい学ぶ「北海道を食べよう」が今年も始まります。学校給食に
じもと しょくざい せっきよくてき しょう し ほっかいどう しょくざい
地元の食材を積極的に使用していることを知り、北海道の食材へ
の理解、愛着を深め、地産地消に目を向ける機会となることを目的
としています。給食時間には食育動画が放送されます！

第1回目は「函館たきこみいかめし」です！

