

いただきます

令和6年(2024年)5月2日
札幌市立北野台中学校
札幌市立平岡中学校



桜の開花宣言も聞かれた穏やかな4月でした。新学期が始まって3週間あまり、学校では子どもたちの生き生きとした様子が日々見られますが、実際は疲れも出てくる時期でもあるようです。連休中は十分な栄養の摂取や休養を心がけ、体調を整えることにも時間を使ってください。休み明けは、リフレッシュした元気な姿で登校してほしいと思います。

北海道の特産品をいただきました！！ ほたて！

3月に引き続き、札幌市の学校給食の食材として、ほたての無償提供がありました。前は海鮮ラーメンのスープに、提供いただいたほたての貝柱を入れましたが、今回は加工品のほたてフライです。中国からの漁獲制限を受け、供給過剰になったほたてを北海道の児童・生徒のみなさんに食べていただきたいということで提供された物資です。地元北海道の食材でありながら、高級食材なのでふだんは給食で手が出せるような食材ではありませんが、この機会に子どもたちには、おいしいものをしっかりと味わってほしいと思います。



ほたて名前の由来

舟が帆を上げて走る様子と似ていることから、『帆立』と名付けられたといわれています。海底を動く姿は、意外と素早いです。YouTubeなどの動画で公開されているので機会がありましたらどうぞご覧ください。

ほたて産地

オホーツク産、噴火湾産とどちらも良質なほたてが養殖されています。例年は、高級食材として、本州、海外へと流通される食材です。

ほたて栄養

たんぱく質が多く、成長を促すタウリンが豊富です。脂質は少なく、エネルギー量は少ないのですが、亜鉛、鉄などのミネラルは豊富です。

海外でも注目の北海道野菜！！給食ではクリーン青果物も使っています！

学校給食は、使用する野菜の一部ではありますが、地産地消やクリーン青果物(土壌改良・減農薬)、さつぼろとれたてっこの取り組みで栽培された野菜を使っています。下記の他、小松菜、じゃがいも、にんじんなども産地指定しています。

だいこん

- ・七飯産(6月)
- ・道央(6月~7月)
- ・洞爺湖産(8月~9月)

キャベツ

- ・南幌産(7月~9月)
- ・伊達産(9月~10月)

きゅうり

- ・砂川産(7月~9月)

玉ねぎ

- ・富良野産(4月~6月、8月~9月、翌年1月~3月)
- ・札幌産(9月~12月)
- ・フードリサイクル玉ねぎ(さつおう)・札幌黄

5月と6月のこんだて

北野台中学校・平岡中学校

月	火	水	木	金
6日 振替休日 	7日 ごはん 豆腐のトロトロ煮 ひじき春巻 ナムル (米)(豆腐、鶏肉、小松菜、長ねぎ、にんじん、しょうが、にんにく、でん粉)(豚肉、でん粉、たけのこ、ひじき、にんじん、小麦粉、オイスターソース)(ハム、ほうれんそう、にんじん、もやし、トウバンジャン、ごま、ごま油)	8日 揚げパン 麦入り野菜スープ ラーメンサラダ (コッペパン、グラニュー糖、シナモン)(パラベーコン、大麦、キャベツ、セロリー、にんじん、パセリ、玉ねぎ)(ハム、ラーメン、もやし、ハム、きゅうり、にんじん、ホールコーン、ごま、ごま油)	9日 豚丼 みそ汁(厚揚げ・小松菜) 切り干し大根の煮つけ (米)(豚肉、しょうが、グリーンピース、でん粉)(厚揚げ、小松菜、みそ)(切り干し大根、油あげ、さつま揚げ、にんじん、ひじき、トウガラシ)	10日 しょうゆラーメン アメリカンドッグ くだもの (ソフトラーメン)(豚肉、メンマ、にんじん、しょうが、にんにく、つと、もやし、玉ねぎ、長ねぎ、くきわかめ、ほうれんそう)(ポークウインナー、小麦粉、卵、牛乳)(りんご)
13日 ビビンバ 白花豆コロッケ フルーツカクテル <small>(胚芽精米、おおむぎ、豚肉、焼き豆腐、メンマ、長ねぎ、しょうが、にんにく、にんじん、小松菜、もやし、ごま、ごま油、トウバンジャン、唐辛子)(白花豆、マッシュポテト、でん粉、小麦粉、バター、大豆、パン粉)(みかん、パイン、洋ナシ、黄桃、なつみかん缶、りんごジュース)</small>	14日 肉炒め丼 みそ汁(白菜・油あげ) アスパラの天ぷら (米)(豚肉、メンマ、にんじん、もやし、ほうれんそう、玉ねぎ、りんご、しょうが、にんにく、トウバンジャン、でん粉、ごま油、ごま)(白菜、油あげ、みそ)(グリーンアスパラガス、小麦粉、卵)	15日 コーンピラフ 豆腐ナゲット フルーツ白玉 (胚芽精米、おおむぎ、パラベーコン、バター、パセリ、にんじん、玉ねぎ、マッシュルーム、ホールコーン)(焼き豆腐、鶏肉、玉ねぎ、卵、でん粉)(みかん、パイン、黄桃、洋なし、なつみかん缶、白玉もち)	16日 カレーライス ハムコーンサラダ チーズ (米)(鶏肉、じゃがいも、にんじん、玉ねぎ、セロリー、りんご、にんにく、しょうが、小麦粉、グリーンピース)(ハム、ホールコーン、キャベツ、ごま油、からし)(チーズ)	17日 たぬきうどん(えび入り) チーズポテト くだもの (ソフトめん)(鶏肉、あさり、さくらえび、かたくちいわし煮干し、にんじん、春菊、切り干し大根、ごぼう、ひじき、小麦粉、卵、つと、小松菜、長ねぎ、たもぎだけ、しいたけ)(じゃがいも、バター、牛乳、チーズ、スキムミルク)(ジュシーオレンジ)
20日 小松菜ピラフ 十勝大豆コロッケ 国産みかんゼリー <small>(胚芽精米、おおむぎ、パラベーコン、バター、小松菜、にんにく、にんじん、玉ねぎ、ホールコーン)(じゃがいも、マッシュポテト、とうもろこしでん粉、大豆、玉ねぎ、パン粉、小麦粉)(みかん果汁)</small>	21日 かき揚げ丼 みそ汁(豆腐・なめこ) くだもの (米)(あさり、むきえび、たんざくいか、さくらえび、しらす干し、玉ねぎ、にんじん、ごぼう、切り干し大根、春菊、ひじき、卵、小麦粉、でん粉)(豆腐、なめこ、長ねぎ、みそ)(ジュシーオレンジ)	22日 黒コッペパン シーフードグラタン 大根サラダ くだもの (黒コッペパン)(たんざくいか、むきえび、ほたて、にんじん、マッシュルーム、玉ねぎ、パセリ、マカロニ、小麦粉、粉チーズ、パン粉、バター、牛乳、豆乳、チーズ、スキムミルク)(だいいん、ツナ缶、きゅうり、にんじん、ごま油、ごま)(パイン缶)	23日 ごはん けんちん汁(みそ味) さんまスパイス揚げ のりの佃煮 (米)(鶏肉、豆腐、こんにゃく、だいいん、ごぼう、にんじん、長ねぎ、みそ)(さんま、しょうが、にんにく、カレー粉、小麦粉、でん粉)(のり、ひじき、水あめ)	24日 パスタ クリームソース ストローポテトサラダ <small>(ソフトパスタ)(パラベーコン、小松菜、玉ねぎ、たもぎだけ、小麦粉、バター、牛乳、豆乳、チーズ、スキムミルク、みそ)(ハム、じゃがいも、キャベツ、きゅうり、ホールコーン、ごま)</small>
27日 深川めし 高野豆腐のフライ ミニトマト つぶつぶレモンゼリー <small>(胚芽精米、おおむぎ、あさり、しょうが、にんじん、ごぼう、みそ、葉だいいん)(高野豆腐、小麦粉、ごま、卵、パン粉)(ミニトマト)(レモン果汁、レモン、水あめ、寒天)</small>	28日 ごはん さつま汁 ししゃものピリカラ揚げ 磯和え(小松菜・もやし) (米)(さつまいも、豚肉、しょうが、豆腐、こんにゃく、だいいん、にんじん、ごぼう、長ねぎ、みそ、唐辛子)(子持ちカラフトししゃも、小麦粉、でん粉、トウバンジャン)(もやし、小松菜、のり)	29日 ツイストパン コーンシチュー 小松菜サラダ くだもの (ツイストパン)(パラベーコン、ホールコーン、クリームコーン、じゃがいも、玉ねぎ、にんじん、小麦粉、バター、パセリ、牛乳、豆乳、チーズ、スキムミルク)(ハム、春雨、ひじき、小松菜、からし、ごま油)(黄桃缶)	30日 ごはん 豆腐のオイスターソース煮 揚げえびシュウマイ くだもの (米)(豆腐、豚肉、しょうが、にんにく、長ねぎ、にんじん、たけのこ、ピーマン、オイスターソース、でん粉)(えび、イトヨリダイ、玉ねぎ、豚脂、パン粉、大豆、小麦粉、でん粉)(清見オレンジ)	31日 山菜うどん きなこポテト くだもの (ソフトめん)(鶏肉、油揚げ、つと、地たけのこ、ふき、わらび、たもぎだけ、なめこ、ほうれんそう、長ねぎ、しいたけ)(じゃがいも、きなこ)(白桃缶)

☆ 4月の給食 おいしかった?! ☆

4月10日(水)から給食が始まっています。新年度の始まりで、生徒も、勉強に、部活にと打ち込んでいる結果、おなかも空いているせいなのか、からっぽの食缶をよくみました。4月は初日から焼豚チャーハン、カレーライス、味噌ラーメンと続き、給食人気メニューが目白押しだったのも、理由かもしれません。5月の給食も、ビビンバ、揚げパン、豚丼など、リクエスト給食に名前があがりそうなメニューを予定しています。みなさんの健康と成長のために、しっかり食べてほしいと願っています。