

5月 給食だよ!

南の沢小学校 ★ 藻岩北小学校
5月7日(月)～30日(金)まで

果物は、柑橘類と記載していますが、変更する可能性があります。ご理解ご了承をよろしくお願いします。



< 果物について >

高温や低温といった気候の影響を受け、柑橘類の収穫量は減少傾向にあり、価格も高騰しています。昨年度の使用状況を見て、青果業者と相談して柑橘類としています。

月	火	水	木	金
		給食停止を希望される場合は、申出日の5日後（土日及び休日除く）以降から可能です。但し、連続5日（行事等により給食を提供しない日を除く）以上の欠食を見込む場合に限りです。左記のQRコードを読み込み、給食停止申出書を学校にご提出いただきますよう、よろしくお願いします。（もしくは、学校で給食停止申し込み書をお渡しします。）		
5 	6 振替休日	7 チキンライス かぼちゃコロッケ あつあげサラダ	8 よこわりバンズパン コーンクリームスープ ウィンナー かんきつのよてい	9 とりてndon みそしる きりぼしだいこんの につけ
12 てんぷらうどん さつまいもグラッセ みかんゼリー	13 わかめごはん ぶたじる さばのこうみあげ	14 ごはん とうふのピリから スープ ぎょうざ ナムル	15 よこわりバンズパン クリームシチュー (カレーあじ) たらフライ こまつなサラダ	16 シーフードトマト スパゲティ あつあげとさつま いもあまからに
19 みそラーメン きなこポテト かんきつのよてい	20 ふかがわめし みそしる ちくわチーズ つめあげ	21 ごはん とうふのカレーソース いわしカリカリフライ いそあえ	22 ロールパン アスパラクリームに カリカリポテト いりサラダ かんきつのよてい	23 ごはん カレーにくじゃが さんまたつたあげ かつおふりかけ
26 さんさいうどん スパイシーポテト かんきつのよてい	27 ビビンバ はるまき フルーツミックス	28 まめとひきにくの カレーライス もやしごまサラダ	29 かくしよく イタリアンスープ ほっけオートミール フライ チョコクリーム	30 ぶたすきどん みそしる かんきつのよてい

みなさんに安心安全な給食を提供することを大切に仕事をしています。この仕事の大変なところは、力仕事の多いことです。重たい物がたくさんあります。給食を通して苦手な物でも少しずつ食べられるようになってくれるといいなと思います。



南の沢小の調理スタッフからのメッセージをご紹介します。

780食の給食を5～6人の調理スタッフで作っています。

「おいしい給食を作る」、「異物混入をしない」を特に心がけています。残さずきれいに食べてくれると、とてもうれしいです。ぜひ、おうちでも、お子さんが給食をたくさん食べてくれるよう、給食のことを話題にしてみてくださいと有難いです。

毎日、給食を残さず美味しく食べてもらえたらうれしいです。今年も「どのクラスが一番たくさん食べてくれるのか!？」を楽しみにしています。



みんなが安心して食べられる給食を作ります。仕事の大変なところは重い物を持ちたり、夏は暑い中で作業することです。苦手な物でも、給食でみんなと食べると美味しく食べられるかもしれません。たくさん食べて丈夫な体を作り、勉強、運動、遊びなど充実した毎日を過ごしてください。

使用食品名一覧

青果物は天候等によって、入荷量及び価格が左右されるため、大量に使用する学校給食の場合、やむを得ず変更する場合があります。
ご理解、ご了承をどうぞよろしくお願い致します。

7(水)	チキンライス<胚芽精米、大麦、バター、鶏肉、人参、玉葱、油、トマトジュース、ケチャップ、塩、こしょう> ㊟かぼちゃコロッケ<(かぼちゃ、パン粉、乾燥マッシュポテト、玉葱、脱脂粉乳、マーガリン、パン粉、米粉、さとう、小麦粉、植物油脂、塩)、揚げ油> 厚揚げサラダ<厚揚げ、生姜、揚げ油、キャベツ、きゅうり、人参、ごま、でん粉、小麦粉、しょうゆ、さとう、酢、ごま油>
8(木)	コーンクリームスープ<コーン、㊟ベーコン(豚肉、塩、さとう)、人参、玉葱、小麦粉、バター、油、牛乳、豆乳、スキムミルク、チーズ、塩、こしょう> ㊟ウィンナー<(鶏肉、豚脂肪、粉末水あめ、たん白加水分解物、塩、香辛料、酵母エキス、ポークエキス、ピロリン酸第二鉄)、ケチャップ、中濃ソース、さとう、辛子> 柑橘の予定
9(金)	とり天丼<鶏肉、生姜、にんにく、小麦粉、卵、でん粉、ベーキングパウダー、しょうゆ、酒、塩、こしょう、揚げ油> たれ<しょうゆ、さとう、みりん、でん粉> みそ汁<厚揚げ、にら、みそ、削り節、昆布> 切り干し大根煮つけ<切り干し大根、油揚げ、つきこんにゃく、さつま揚げ(たら、でん粉、人参、ひじき、塩、さとう、みりん、揚げ油)、人参、油、しょうゆ、さとう>
12(月)	天ぷらうどん<ソフトめん、えび、あさり、人参、春菊、ごぼう、切り干し大根、小麦粉、卵、揚げ油、鶏肉、㊟つと(たら、でん粉、塩、さとう)、ほうれん草、長葱、しょうゆ、みりん、酢、唐辛子、削り節、昆布> さつまいもグラッセ<さつまいも、バター、牛乳、さとう> ㊟みかんゼリー<うんしゅうみかん果汁、さとう、さとうぶどう糖果糖液糖、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料>
13(火)	わかめごはん<胚芽精米、大麦、㊟わかめご飯の素(わかめ、塩、さとう)、ごま> 豚汁<豚肉、じゃがいも、豆腐、つきこんにゃく、人参、大根、ごぼう、ごぼう、長葱、生姜、油、みそ、削り節、昆布> さばの香味揚げ<さば、しょうが、にんにく、しょうゆ、酒、小麦粉、でん粉、揚げ油>
14(水)	豆腐のピリ辛スープ<豆腐、豚肉、生姜、にんにく、あさり、人参、玉葱、にら、油、豆板醤(唐辛子、水あめ、塩、みそ、そら豆粉、酒精、調味料(アミノ酸等)、酸味料)、鶏がら、昆布> ㊟ぎょうざ<豚肉、鶏肉、キャベツ、玉葱、長葱、粒状植物たんぱく(大豆)、にら、小麦粉、でん粉、さとう、しょうゆ、塩、酒、植物油脂、香辛料、揚げ油> ナムル<ほうれん草、もやし、人参、しょうゆ、さとう、酢、唐辛子、ごま油、ごま>
15(木)	クリームシチュー(カレー味)<豚肉、じゃがいも、人参、玉葱、セロリ、小麦粉、バター、油、㊟カレールウ(小麦粉、豚脂、さとう、塩、カレーパウダー、デキストリン、香辛料、ローストオニオンパウダー、しょうゆ加工品、脱脂大豆、ローストガーリックパウダー、玉葱エキス、小麦発酵調味料、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、酸味料、香料)、牛乳、豆乳、スキムミルク、チーズ、カレー粉、塩、こしょう> ㊟たらフライ<すけそうだら、パン粉、バターミックス(小麦粉、ライ麦粉、コーンフラワー、増粘剤(グアーガム)、塩、こしょう、揚げ油> 小松菜サラダ<小松菜、㊟ハム(豚肉、でん粉、塩、さとう、香辛料、リン酸塩)、春雨、ひじき、しょうゆ、酢、さとう、ごま油、辛子>
16(金)	ゆであげシーフードトマトソーススパゲティ<スパゲティ、オリーブオイル、㊟ベーコン(豚肉、塩、さとう)、えび、いか、あさり、玉葱、人参、セロリ、にんにく、油、小麦粉、カレー粉、ケチャップ、トマトピューレ、トマト水煮、しょうゆ、塩、こしょう、中濃ソース> 厚揚げとさつまいもの甘辛煮<厚揚げ、さつまいも、揚げ油、しょうゆ、さとう>
19(月)	みそラーメン<ソフトラーメン、豚肉、めんま、生姜、にんにく、もやし、玉葱、人参、めんま、長葱、ほうれん草、茎わかめ、ごま、ごま油、油、みそ、しょうゆ、㊟豆板醤(唐辛子、水あめ、塩、みそ、そら豆粉、酒精、調味料(アミノ酸等)、酸味料) 酒、みりん、塩、こしょう、鶏がら、豚骨、昆布> きなこポテト<じゃがいも、油、きなこ、さとう> 柑橘の予定
20(火)	深川飯<胚芽精米、大麦、あさり、しょうが、油揚げ、人参、ごぼう、葉大根、油、しょうゆ、みそ、酒、みりん、さとう、塩> みそ汁<豆腐、わかめ、みそ、削り節、昆布> ちくわチーズつめ揚げ<㊟ちくわ(たら、でん粉、塩、さとう、みりん)、チーズ、小麦粉、卵、揚げ油>
21(水)	豆腐のカレーソース<豆腐、豚肉、玉葱、人参、生姜、にんにく、りんご、油、小麦粉、カレー粉、しょうゆ、ケチャップ、中濃ソース、塩> ㊟いわしカリカリフライ<まいわし、水あめ、たん白加水分解物、上白糖、しょうが、塩、みりん、乾燥マッシュポテト、でん粉、玄米粉、米粉パン粉、なたね油、パーム油、パン酵母、こしょう、揚げ油> 磯あえ<小松菜、もやし、焼きのり、しょうゆ>
22(木)	アスパラのクリーム煮<アスパラ、㊟ベーコン(豚肉、塩、さとう)、玉葱、マカロニ、人参、油、小麦粉、バター、牛乳、豆乳、スキムミルク、チーズ、塩、こしょう> カリカリポテト入りサラダ(㊟ハム(豚肉、でん粉、塩、さとう、香辛料、リン酸塩)、キャベツ、きゅうり、コーン、人参、ごま、じゃがいも、揚げ油、しょうゆ、酢、さとう、ごま油、塩、こしょう) 柑橘の予定
23(金)	カレー肉じゃが<豚肉、じゃがいも、玉葱、人参、白滝、生姜、油、しょうゆ、さとう、カレー粉> さんまの竜田揚げ<さんま、生姜、しょうゆ、酒、小麦粉、でん粉、揚げ油> かつおふりかけ<しらす干し、かつお節、焼き海苔、青海苔、ごま、しょうゆ、酒、塩、さとう>
26(月)	山菜うどん<ソフトめん、油揚げ、鶏肉、㊟つと(たら、でん粉、塩、さとう)、たけのこ、ふき、わらび、なめこ、ほうれん草、長葱、しょうゆ、さとう、みりん、酢、唐辛子、削り節、昆布> スパイシーポテト<じゃがいも、揚げ油、塩、こしょう、カレー粉、チリパウダー、ナツメグ> 柑橘の予定
27(火)	ビビンバ<胚芽精米、大麦、豚肉、豆腐、めんま、長葱、しょうが、にんにく、人参、小松菜、もやし、ごま、油、しょうゆ、さとう、酢、ごま油、唐辛子、㊟豆板醤(唐辛子、水あめ、塩、みそ、そら豆粉、酒精、調味料(アミノ酸等)、酸味料)> ㊟春巻き<たけのこ、人参、豚肉、ひじき、油、しょうゆ、でん粉、さとう、酒、発酵調味料、オイスターソース、香辛料小麦粉、塩、でん粉、クエン酸、鉄Na、キシロース、揚げ油> フルーツミックス<みかん缶詰、夏みかん缶詰、りんご缶詰、桃缶詰、りんごジュース、パインジュース>
28(水)	豆とひき肉のカレー<白飯、豚肉、玉葱、人参、セロリ、生姜、にんにく、いんげん豆、レーズン、油、小麦粉、カレー粉、中濃ソース、ケチャップ、しょうゆ、塩、こしょう、オールスパイス、ナツメグ> もやしのごまサラダ<ほうれん草、もやし、コーン、人参、ごま、しょうゆ、さとう、酢、㊟豆板醤(唐辛子、水あめ、塩、みそ、そら豆粉、酒精、調味料(アミノ酸等)、酸味料)>
29(木)	イタリアンスープ<㊟ベーコン(豚肉、塩、さとう)、じゃがいも、人参、玉葱、コーン、マカロニ、しょうゆ、塩、こしょう、鶏がら> ほっけオートミールフライ<ほっけ、塩、こしょう、小麦粉、卵、オートミール、パン粉、揚げ油> チョコクリーム<豆乳、チョコレート、ココア、さとう、コーンスターチ>
30(金)	豚すき丼<白飯、豚肉、白滝、玉葱、たけのこ、ほうれん草、しょうゆ、さとう> みそ汁<じゃがいも、わかめ、長葱、みそ、削り節、昆布> 柑橘の予定

- ◆揚げ物の揚げ油は毎回新しい油ではなく、概ね複数回の使用となりますので、ご了承よろしくお願い致します。
- ◆パンについて…ソフトフランスパン以外は、乳製品(脱脂粉乳)と、卵(全卵)の使用があります。
- ◆海産物全般について…海洋生物(小さなかに・えびなど)が混入している場合があります。

2025 年度 給食費について
(1食単価)

	市からの補助を含む額	ご家庭の負担額
1・2年生	323 円	269 円
3・4年生	329 円	274 円
5・6年生	332 円	277 円

使用食品の詳細について
お問い合わせください。
南の沢小 ☎571-1096
栄養教諭 吉田



※物価高騰に伴い、学校給食で使用する食材の購入価格についても値上がりが生じていますが、札幌市が物価高騰分を負担し、これまでどおりの栄養バランスや量を保った、おいしい給食が提供できるよう努めています。(なお、物価高騰分の負担について、現時点では令和7年度に限った取組です。)