



6月号

札幌市立西岡北小学校・平岸高台小学校 令和6年5月31日(金)

和食にチャレンジ!

日本の伝統的な食文化である「和食」。札幌市の学校給食では、和食を積極的にメニューに取り入れ、日本で昔から大切にされてきた和食のよさを子どもたちに伝えています。

和食メニューの給食の日と、洋食メニューの給食の日の食べ残しを比較すると、洋食メニューの方がよく食べている日が多いようです。子どもは、カレーやミートソース等、濃い味付けでやわらかい食感のものを好む傾向があります。和食の日は、特に和風の味付けをした煮ものや混ぜご飯等に苦手意識のある児童が多いため、食べ残しが多くなります。

苦手な子が多いからといって和食の頻度を減らすのではなく、食べやすくなるよう組み合わせを工夫したり、給食時間に資料や動画を活用した指導をしたりすることで、少しでも和食もおいしく食べることができる児童が増えるよう、働きかけをしています。



平岸高台小と西岡北小では、5月の給食から「和食にチャレンジ!」の指導を行っています。

月に1回程度、和食によく使用される食材や日本の伝統的な料理を取り上げ、その食材や料理のよさを伝えることで、和食をおいしく食べようとする意欲を高めることを目的とした取組です。



5月の和食は「ひじきの煮物」でした。ひじきのキャラクターが登場する短時間の動画を視聴し、和食に欠かせない食材であること、カルシウムや食物せんい等が含まれることについて学びました。児童からは「カルシウムが入っているんだね!骨が強くなりそうだ」「ひじきちゃんが残されるのはかわいそうだから、頑張って食べるよ!」などの声が聞こえました。

6月は「さんまの煮付け」を提供する予定です。時間をかけてよく煮込むことで、骨までおいしく食べられるよう調理します。今後も「和食にチャレンジ」の日には、予定献立の欄に和食マーク  を付けますので、御家庭でもぜひ話題にしていただければと思います。

今月の



給食の準備・後片付け みんなでがんばっています!

給食時間は、食事の準備や後片付けなどを安全に、衛生的に行う方法を学ぶ時間でもあります。1年生の入学当初は先生方が準備等をしていましたが、自分たちでできることが少しずつ増えてきています。

「今日は急いで準備をするよ!」「盛り付けの時は静かに待たなくちゃ。」と、自分が使う箸や牛乳を取りに行った後は、静かに待っています。

「おいしそう〜。」「今日も全部食べるよ!」と言いながら、毎日おいしく食べています。

後片付けでは、少し難しい牛乳パックの開き方・たたみ方も覚え、上手に片付けることができています。

これから、1年生はいよいよ、給食の盛り付けも自分たちで挑戦です。自分たちでできることをどんどん増やし、成長して行ってほしいと思います。

毎週、ランチマットやエプロンなどのお洗濯をしていただき、ありがとうございます。



6月3日～6月28日の予定献立

月 3日	火 4日	水 5日	木 6日	金 7日
せわりコッペパン ワンタンスープ たこやし風てんぷら きなこクリーム	ごはん マーボー豆腐 ししゃもてんぷら おひたし	パスタシーフードトマトソース フレンチポテト	いりこ菜めし 豆腐とわかめのすまし汁 野菜はるまき	カオ・ラートナー・ガイ こまつなとたまごのスープ パイン缶
せわりコッペパン 卵 スkimミルク/ワンタン 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/豆腐入りかまぼこ 小麦粉 卵 油 糸かつお 青のり/きなこ コンスケーチ バター 砂糖 /	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 みそ 油/かつおししゃも(メス) 卵 小麦粉 油/小松菜 白菜 糸かつお/	ソフトパスタ ベーコン えび あさり いか 玉ねぎ 人参 マッシュルーム セロリ パセリ トマト 小麦粉 油/じゃがいも 油/	胚芽米 大麦 しらす干し ごま 小松菜/豆腐 わかめ しいたけ 長ねぎ/キャベツ ひじき 豚肉 玉ねぎ 春雨 人参 小麦粉 オリーブオイル 油/	精白米 鶏肉 小麦粉 でん粉 玉ねぎ ビーマン 小ねぎ 油/こまつな 卵 豆腐 てんぷら/パイン缶/
10日	11日	12日	13日	14日
ロールパン ほうれんそうのクリームに ほたてフライ りんご缶	わふうそばろごはん ぶりカツ ミニトマト	たぬきうどん チーズポテト おうとうかん	こまつなピラフ しろはなまめコロッケ だいこんサラダ	ハヤシライス コールスローサラダ
ロールパン 卵 スkimミルク /ベーコン ほうれん草 マカロニ 人参 玉ねぎ マッシュルーム 小麦粉 バター チーズ 牛乳 豆乳 スkimミルク /ほたて パン粉 小麦粉 植物性たんぱく質 ベーキングパウダー/りんご缶/	精白米 とりひき肉 豆腐 干しいたけ ひじき ごぼう 人参 ごま/ぶり パン粉 小麦粉 でんぷん 油/ミニトマト/	ソフトめん えび あさり 人参 春菊 ごぼう 切干大根 ひじき 小麦粉 卵 鶏肉 つと ほうれん草 長ねぎ たもぎたけ しいたけ/じゃがいも 砂糖 バター チーズ 牛乳 油/黄桃缶/	胚芽米 大麦 バター ベーコン 人参 玉ねぎ にんにく コーン こまつな/白花豆 じゃがいも 砂糖 バター スkimミルク パン粉 米粉 小麦粉 油/大根 まぐろ水煮 きゅうり 人参 ごま/	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 グリンピース 小麦粉 油/キャベツ コーン 人参 砂糖 油/
17日	18日	19日	20日	21日
よこわりパンズ あさりのチャウダー ハンバーグ ケチャップソース メロン	ごはん 大根とあぶらあげのみそ汁 さんまのにつけ いそあえ	ひやしラーメン あおのりポテト パナナ	シーフードカレーピラフ とりにくのたつたあげ フルーツミックス	タコライス ワカメスープ パイン缶
よこわりパンズ 卵 スkimミルク/あさり じゃがいも 玉ねぎ 人参 パセリ 油 小麦粉 バター 牛乳 豆乳 スkimミルク チーズ/牛ひき肉 玉ねぎ 豚肉 豚レバー かたくり粉 植物性蛋白/メロン/	精白米/大根 油揚げ みそ/さんま しょうが/ほうれんそう もやし のり/	ソフトめん 卵 もやし きゅうり コーン 人参 ごま/じゃがいも あおのり 油/	胚芽米 大麦 バター ベーコン えび あさり いか 人参 玉ねぎ マッシュルーム パセリ グリンピース 油/鶏肉 しょうが 小麦粉 かたくり粉 油/みかん缶 もも缶 パイン缶 なし缶 りんご缶/	精白米 豚ひき肉 大豆 玉ねぎ 人参 しょうが にんにく コーン レタス 小麦粉 油/わかめ 豆腐 しいたけ 長ねぎ ごま/パイン缶/
24日	25日	26日	27日	28日
くろコッペパン コーンポタージュ あつあげサラダ さくらんぼ	ごはん スンドゥブチゲ ひじき入りぎょうざ こまつなのナムル	ひやしきつねうどん きなこポテト みかん	えだまめコーンごはん たらフライ ゆでやさいサラダ	ひきにくのカレー こまつなのツナサラダ メロン
くろコッペパン 卵 スkimミルク/コーン ベーコン じゃがいも 人参 玉ねぎ パセリ 油 小麦粉 バター 牛乳 豆乳 スkimミルク チーズ/厚揚げ でん粉 キャベツ きゅうり 人参 ごま/さくらんぼ/	精白米/豆腐 豚肉 あさり 人参 玉ねぎ えのき なら みそ 油/豚肉 鶏肉 キャベツ 長ねぎ 小麦粉 でん粉/こまつな もやし 人参 ごま/	ソフトめん 油揚げ しいたけ ほうれんそう 長ねぎ/じゃがいも きなこ 砂糖 油/みかん/	枝豆 コーン 胚芽米 大麦 油 /たら 小麦粉 卵 油 パン粉/キャベツ もやし 人参 ごま 油/	精白米 豚ひき肉 玉ねぎ にんじん なす ビーマン トマト 油/ 小松菜 ツナ水煮 コーン 油/メロン/

*牛乳は毎日 200mL が 1 個つきます。

*価格や市場への入荷状況により、野菜や果物に変更になる場合がありますので御了承ください。

*海産物(ししゃも・わかめ・昆布など)には小さなえび・かきが混入している場合があります。

*食物アレルギーにかかわらない調味料・だしについては表示していないものがあります。より詳細な使用食材を知りたい場合は、別途資料をお渡ししています。御希望の方は学校にお知らせください。