

☆8がつよていこんだて☆

月	火	水	木	金
始業式	23日 ●ごぼうピラフ チキンナゲット フルーツ白玉	24日 ゆであげスパゲティ ミートソース 青のりポテト ●アイスクリーム	25日 しらすごはん けんちん汁 ★トンカツ	26日 厚揚げ入り肉炒め丼 味噌汁 黄桃
	胚芽米、大麦、バター、ベーコン、 ごぼう、玉葱、人参、にんにく、コ ーン、パセリ、サラダ油/鶏肉、大 豆、マッシュルーム、セロリ、にん にく、小麦粉、ケチャップ、ビュ レ、デミグラスソース、ソース/じ ゃが芋、菜種油、青のり/牛乳、水 あめ	スパゲティ、オリーブ油、サラダ 油、パセリ、豚肉、玉葱、人参、大 豆、マッシュルーム、セロリ、にん にく、小麦粉、ケチャップ、ビュ レ、デミグラスソース、ソース/じ ゃが芋、菜種油、青のり/牛乳、水 あめ	胚芽米、大麦、しらす干し、わかめ、 いりごま/鶏肉、豆腐、つきこんにゃ く、人参、大根、ごぼう、長葱、サラ ダ油/豚肉、小麦粉、卵、パン粉、菜 種油	精白米、豚肉、メンマ、人参、サラ ダ油、もやし、ほうれん草、厚揚げ、 澱粉、玉葱、りんご、ソース、生姜、 にんにく、豆板醤、ごま油、いりご ま/玉葱、油揚げ、たまごたけ、わかめ /黄桃缶
29日 ●★横割バンズパン フィッシュバーガー スライスチーズ イタリアンスープ パイナップル	30日 栄養教育実習生の献立 野菜カレー (大浜みやこ南瓜使用) コールスローサラダ ハスカップゼリー	31日 冷やしきつねうどん きなこポテト 冷凍みかん	毎日の給食の写真を、新発寒小学校HPに更 新しています。どうぞ御覧ください。 ●乳製品使用 ★たまご使用 *牛乳は毎日つきます。*果物や野菜は変更にな ることがあります。 *ワカメなどの海藻類や、しらすぼし、ししゃ も、あさりなどには、小さなえびやカニが混 入していることがあります。	
横割バンズパン/タラ、パン粉、小 麦粉、ショートニング、コーンスタ ーチ、澱粉、ライ麦、コーンフラワ ー、菜種油/チーズ/ベーコン、じゃ が芋、玉葱、人参、コーン、パセリ、 マカロニ/パイナップル缶	精白米、豚肉、玉葱、大浜みやこ南 瓜、人参、じゃが芋、なす、サヤイ ンゲン、シメジ、セロリ、りんご、 生姜、にんにく、サラダ油、小麦粉、 カレー粉、カレールー、ケチャッ プ、シナモン/キャベツ、人参、コ ーン/ハスカップ果汁、寒天	うどん、油揚げ、椎茸、ほうれん草、 長葱/じゃが芋、菜種油、きなこ/み かん		

熱中症予防のための水分補給

熱中症には、4つのパターンがあります。



熱射病

短時間に大量の発汗があり汗が止まってしまう。給水をしない場合に起こりやすい。救急処置が必要となる。

熱疲労

給水はしていても脱水の進みに追いついていけない場合。頭痛などが起こりやすい。夏場の頭痛は熱疲労である場合がある。

熱けいれん

水分補給をする時に塩分の補給が足りない場合に起こりやすい。足がつったり手がこわばったりする。

熱失神

汗をかいて脱水した状態で動きを急に止めると、熱失神になる可能性がある。運動の後、急に止まらず歩いたり足踏みしたりすることも大切。

おしっこの頻度が減ったり色が濃くなったりすると脱水が進んでいることが疑われます！



運動後も忘れず水分補給を。
でも食事前に飲み過ぎると食事に影響するので注意！





【家庭数配付】

令和4年(2022年)7月19日
札幌市立新発寒小学校
札幌市立新陵小学校

物価高騰の影響による学校給食の対策について

日頃より学校教育の御協力をいただき、厚く感謝申し上げます。

新型コロナウイルス感染症の長期化に加え、国際情勢等の影響による物価高騰に伴い、学校給食で使用する食材についても値上がりが生じているところですが、札幌市が食材の値上げ分に対する費用を負担することが決定しました。

今後も給食費を変更することなく、これまで通りの栄養バランスや量を保った、美味しい給食を提供できるよう努めてまいります。

なお、今後も物価の動向等について注視していきますが、この度の食材費の値上げ分の負担について、現時点では、令和4年度に限る取組であることを御承知置きください。今後につきましても、引き続き学校給食運営の御理解・御協力をいただきますようよろしくお願いいたします。



親子青果物産地見学・収穫体験会（仁木町）

（主催：公益財団法人札幌市学校給食会）

＊札幌市の学校給食で使用されているブルーの産地、仁木町を訪ね生産者と交流しながらブルーの収穫を行い、さらにブルーとミニトマトの選果場を見学します。

- ・実施日時：令和4年8月20日（土） ・集合時刻、出発時刻：8：45集合、9：00出発
- ・集合場所：STV北2条ビル1階ロビー（中央区北2条西2丁目）
- ・解散予定時刻、場所：16：00 札幌市役所前
- ・対象：市内在住の小学校4年生～6年生の児童とその保護者 ・参加費：無料
- ・定員：15組（30人）応募多数の場合抽選 ・持ち物：昼食、ブルーを持ち帰る袋
- ・申込方法：往復はがきで①～⑤を記入の上、下記の送り先に郵送

〒060-0002 札幌市中央区北2条西2丁目STV北2条ビル

公益財団法人 札幌市学校給食会

①親子青果物産地見学・収穫体験会と記入 ②参加者の郵便番号、住所、電話番号

③参加する保護者、児童の氏名（フリガナ）年齢、性別 ④児童の学校名、学年

⑤返信面に返信先の郵便番号、住所、氏名を記載

・締切りは8月3日（水）必着

・問い合わせは、公益財団法人 札幌市学校給食会 011-211-3897（担当：佐藤）