



令和7年1月30日発行

給食だより



札幌市立太平南小学校・札幌市立新陽小学校



「せつぶん」について

『^{せつぶん}節分』とは季節を区分する節目の日で、立春の前日を指します。この日をもって冬の節が終わり春の節に移りますが、春を迎える前に一年間の邪気をはらう行事です。「おには外、福は内」と、言いながら煎った大豆で豆まきをしますが、大豆には災いや病気などの「魔を滅ぼす力」があると考えられています。

きゅうしょく みつか
給食では3日に「いわしのカリカリフライ」をた食べます！



邪気をはらうため、いわしの頭を柵の小枝に刺し門口に飾ったことに由来して、節分にはいわしを食べる習慣があります。おには柵の葉のトゲや、いわしを焼く時の煙とにおいが苦手だといわれています。

給食川柳 優秀作品

昨年（さくねん）の12月9日～13日は、給食週間（がつけこのか）でした。取組（とりくみ）の一つとして給食川柳（きゅうしょくせんりゅう）を募集（ぼしゅう）していましたが、たくさん（おうぼ）の応募（なまえ）があった中（なか）からブロックごとの優秀作品（ゆうしゅうさくひん）が決定（けつてい）しましたので、ご紹介（しょうかい）します。なお川柳（せんりゅう）とお名前（なまえ）は1～3月の給食カレンダー（きしょくカレンダー）に掲載（がく）され、各教室（かくきょうしつ）に掲示（けいじ）されます。



すばらしい作品（さくひん）がたくさんありました！応募（おうぼ）してくれたみなさん、ありがとうございました！

低学年の部
ていがくねんぶ

おいしいね きゅうしょくたべよう のこさずね

たいへいみなみしょう
太平南小 二年

おいしいよ たっぷりえいよう ありがとう

しんようしょう
新陽小 二年

中学年の部
ちゅうがくねんぶ

毎日（まいにち）のお昼（ひる）にとどく プレゼント

たいへいみなみしょう
太平南小 四年

給食（きゅうしょく）は いくら食べても やめられない

しんようしょう
新陽小 三年

高学年の部
こうがくねんぶ

ついに来た（き） おかわりタイム 勝ち（か）たいな

たいへいみなみしょう
太平南小 六年

給食（きゅうしょく）は 自分（じぶん）の元気（げんき）の 源（みなもと）だ

しんようしょう
新陽小 六年

よてい こんだて



★牛乳は毎日200mL つきます。
★献立の下段は、調味料等を除く主な使用食材です。
★果物は天候や市場の状況によって、変更になる可能性があります。
★海産物全般における甲殻類・魚卵等の混入、加工品製造過程および調理中におけるアレルギーの微量混入、揚げ油の使い回しについては、ご理解をお願いします。

月	火	水	木	金
3 くらコッパパン ポーククリームシチュー いわしのカリカリフライ パイン	4 ごはん さつまじる とりてん いよかん	5 ゆであげパスタ ミートソース フレンチポテト	6 たきこみいなり とかち 十勝だいちずコロック いそあえ	7 ぶたミックスどん みそしる りんご
パン/豚肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・パセリ・バター・牛乳・豆乳・チーズ・スキムミルク/いわし・生姜・マッシュポテト・玄米粉・米粉等/パイン缶	白飯/鶏肉・さつまいも・豆腐・こんにゃく・人参・大根・ごぼう・長ねぎ/鶏肉・生姜・にんにく・卵/いよかん	スパゲティ(乾麺)/パセリ・豚肉・玉ねぎ・人参・大豆・マッシュルーム・セロリ・にんにく/冷凍フレンチポテト	胚芽精米・大麦・油揚げ・人参・干し椎茸・ひじき・ごま・手巻きのり/じゃがいも・大豆・玉ねぎ/小松菜・もやし・切りのり	白飯・豚肉・生姜・厚揚げ・玉ねぎ・たけのこ・人参・ピーマン・ごま/豆腐・わかめ・長ねぎ/りんご
10 かくしよく みそワントンスープ コーンフライ チョコクリーム	11 けんこくきねん ひ 建国記念の日 	12 きつねうどん ごまポテト デコポン	13 こまつなピラフ しろはなまめコロック フルーツカクテル	14 まめとひきにくのカレー あさりのスパゲティサラダ
パン/ワントン・豚肉・生姜・にんにく・メンマ・人参・玉ねぎ・もやし・長ねぎ・ほうれん草/とうもろこし・生乳・全粉乳/豆乳・チョコレート・ココア		ソフトめん・油揚げ・つと・干し椎茸・長ねぎ・たもぎ茸・ほうれん草/じゃがいも・すりごま/デコポン	胚芽精米・大麦・バター・ベーコン・人参・玉ねぎ・にんにく・コーン・小松菜/白花豆・じゃがいも・バター・大豆たんぱく・貝殻焼成カルシウム/みかん缶・パイン缶・黄桃缶・梨缶・なつみかん缶・りんごジュース	白飯・牛肉・豚肉・玉ねぎ・人参・セロリ・生姜・にんにく・手巻豆・パセリ・レースン/あさり・生姜・スパゲティ・きゅうり・人参・ごま
17 コッパパン クリームシチューカレーふうみ ごぼうチップサラダ パイン	18 ごはん ローベントン ひじきはるまき のりのつくだに	19 みそラーメン きなこポテト はっさく	20 ふかがわめし みそしる とりにくのてりやき	21 ごはん マーボー豆腐 ししゃものからあげ ナムル
パン/豚肉・セロリ・じゃがいも・玉ねぎ・人参・パセリ・バター・牛乳・豆乳・スキムミルク・チーズ/ハム・キャベツ・きゅうり・コーン・ごぼう・ごま/パイン缶	白飯/豚肉・生姜・人参・白菜・干し椎茸・たけのこ・長ねぎ/たけのこ・人参・豚肉・ひじき・オイスターソース/のり・ひじき	ソフトラーメン・豚肉・玉ねぎ・人参・生姜・にんにく・すりごま・むきごま・もやし・メンマ・ほうれん草・長ねぎ・茎わかめ/じゃがいも・きな粉/はっさく	胚芽精米・大麦・あさり・生姜・人参・ごぼう・葉だいこん/厚揚げ・小松菜/鶏肉・生姜・ごま	白飯/豆腐・豚肉・生姜・にんにく・人参・長ねぎ・干し椎茸/子持ちカラフトししゃも/小松菜・もやし・人参・むきごま
24 ふりかえきゅうじつ 振替休日 	25 かきあげどん(えび入り) みそしる からしあえ	26 パスタクリームソース あおのりポテト	27 チキンウインナーライス ほっけのごまフライ フルーツミックス	28 ごはん あつあげのカレーソース あげぎょうざ いよかん
	白飯・えび・あさり・さくらえび・玉ねぎ・人参・ごぼう・小松菜・ひじき・切干大根・卵/豆腐・なめこ・長ねぎ/ちくわ・ほうれん草・キャベツ	ソフトパスタ・ベーコン・小松菜・玉ねぎ・たもぎ茸・バター・チーズ・牛乳・スキムミルク・豆乳/じゃがいも・青のり	胚芽精米・大麦・バター・トマトジュース・チキンウインナー(鶏肉・豚肉)・玉ねぎ・人参・マッシュルーム・グリーンピース/ほっけ・卵・むきごま/みかん缶・パイン缶・黄桃缶・梨缶	白飯/厚揚げ・豚肉・人参・玉ねぎ・さやいんげん・生姜・にんにく・カレーウ/キャベツ・玉ねぎ・長ねぎ/にら・豚肉・鶏肉・大豆たんぱく/いよかん

旬の野菜で!給食レシピ~ほうれん草とベーコンのサラダ~

材料(4人分)

ベーコン……1枚(20g)
ほうれん草……6株(120g)
もやし……2/3 袋(120g)
白いりごま……大さじ 1/2

醤油………小さじ2
酢………小さじ1
サラダ油……小さじ1/2
砂糖………小さじ1
黒こしょう……少々

作り方

- ① ベーコンは千切りにし、乾炒りして油を切って冷ましておく。
- ② ほうれん草は茹でて水にとって冷まし、一口大に切る。
- ③ もやしは洗って茹でて冷ます。
- ④ Aの調味料でドレッシングを作り、水を切った野菜・ベーコン・ごまを和える。

カリッとしたベーコンとほうれん草がよく合う、子どもたちに人気のサラダです!

