



きゅうしょくだより

【家庭数配付】

令和4年(2022年)12月23日

札幌市立山の手南小学校

札幌市立山の手小学校

大切にしたい行事食～おせち料理～

お正月になるとおせちを食べます。おせちというのは、季節の変わりめの節日に食べる料理のことで、「御節供料理」といっていたものが短くなった名前です。節日には、1月1日(元旦)、3月3日(ひな祭り)、5月5日(端午の節供)、7月7日(七夕)があります。おせちには、それぞれの料理にいろいろな願いが込められています。

壺の重

祝い肴と御口取りで、ひときわ華やかで豪華に盛りつけます。黒豆、田作りなどは、祝い肴のルーツともいえるおせちです。



貳の重

壺の重が「口取り」といわれるのに対して、貳の重は「口代わり」といわれ、酢のものを詰めるのが正式です。時を経て、焼きものなどもつめるようになりました。



参の重

参の重は煮物重です。やや儀式色を帯びた壺の重や貳の重と比べ、うれしいメイン料理です。



1・2月よていこんだて

【山の手南小】

月	火	水	木	金
 毎日バランス良く たくさん食べて、 寒さに負けない 身体を作りましょ う!		18 始業式 ごはん とうふの オイスターソースに あげえびしゅうまい いそあえ 精白米 / 豆腐 豚肉 ビーマン 玉 葱 人参 しょうが にんにく 醤油 きび砂糖 オイスターソース 酒 黒 胡椒 食塩 片栗粉 / えびシュウマイ / 小松菜 白菜 切りり 醤油	19 おやこうどん だいがくいも デコポン ソフトめん 鶏卵 鶏肉 酒 つと 干し椎茸 長葱 ほうれん草 たも ぎたけ 醤油 きび砂糖 みりん 酢 片栗粉 / さつまいも 水あめ 黒砂糖 醤油 黒胡椒 / デコポン	20 ごぼうピラフ やさいコロッケ フルーツミックス 胚芽精米 大麦 パター 白ワイン ベーコン ごぼう 玉葱 にんじん にんにく ホールコーン 醤油 / ポ テトコロッケ(野菜) / みかん缶 バ イン缶 りんご缶 黄桃缶 梨缶
23 ごはん 肉じゃが とり天 のりとあさりの つくだに 精白米 / 豚肉 大豆水煮 ジャが いも 玉葱 白滝 人参 切り干し 大根 さやいんげん 干し椎茸 醤油 / 鶏肉 酒 醤油 小麦粉 全 卵 ベーキングパウダー / あさり 醤油 きび砂糖 もみり ひじき	24 くろコッペパン はくさいとにくボール のクリームに ホッケフライ だいこんサラダ 小麦粉 鶏卵 スキムミルク 黒砂糖 / 豚肉 すりみ 焼豆腐 玉葱 白菜 人 参 マッシュルーム 小麦粉 チーズ ス キムミルク 牛乳 豆乳 白ワイン 鶏 ガラスープ / ホッケフライ / 大根 まぐ ろ水煮 胡瓜 人参 白ごま 醤油	25 ごはん けんちんじる ぶたにくの ごまあげ あげいりおひたし 精白米 / 鶏肉 酒 豆腐 つきこん にゃく 人参 大根 ごぼう 長葱 醤油 / 豚肉 醤油 みりん しょうが にんにく 白ごま 小麦粉 片栗粉 / 油揚げ 醤油 きび砂糖 みりん ほうれん草 白菜 糸かつお 醤油	26 しおラーメン あおのりポテ りんご ソフトラーメン 豚肉 しょうが に んにく 醤油 みりん メンマ つ と もやし 人参 玉葱 白菜 長 葱 ほうれん草 塩わかめ 醤油 酒 食塩 黒胡椒 鳥ガラ 豚骨 / フレンチポテ あおのり / りんご	27 わかめごはん さつまじる ちくわチーズ つめあげ 胚芽精米 大麦 酒 炊き込みわか め 白ごま / 豚肉 酒 さつまい も 豆腐 板こんにゃく 人参 大 根 ごぼう 長葱 味噌 / 白竹輪 チーズ 小麦粉 鶏卵
30 ごはん ぶたじる いわしのかばやき だいのいそに 精白米 / 豚肉 豆腐 じゃがいも 板こんにゃく 人参 大根 玉葱 ごぼう 長葱 しょうが 酒 味噌 / いわし 小麦粉 片栗粉 醤油 きび砂糖 みりん 白ごま / 人参 板こんにゃく ひじき 大豆水煮 さやいんげん 醤油 酒 上白糖	31 レーズンパン チキンクリームに あさりのカリッとサラダ パインかん 小麦粉 鶏卵 スキムミルク レーズン / 鶏肉 白ワイン じゃがいも 玉葱 人 参 小麦粉 パター 牛乳 豆乳 チーズ スキムミルク 鶏ガラスープ / あさ り しょうが 醤油 みりん 小麦粉 胡 瓜 キャベツ 人参 醤油 酢 きび砂 糖 からし 白ごま ごま油 / パイン	2/1 まめとひきにくカレー こまつなとしめじ のサラダ みかん 精白米 豚ひき肉 玉葱 人参 セロ リ しょうが にんにく インゲン豆 レーズン 小麦粉 カレー粉 ウスター ソース 中濃ソース ケチャップ 醤油 赤ワイン オールスパイス ナツメグ / 小松菜 ハム しめじ 醤油 みりん 白ごま きび砂糖 酢 / みかん	2 ゆであげ ミートソース あつあげサラダ ブルーベリーゼリー スパゲッティ オリーブ油 豚ひき 肉 玉葱 人参 大豆水煮 マッシュ ルーム 小麦粉 カレー粉 ト マトピューレ デミグラスソース ウ スターソース 中濃ソース / 厚揚げ 醤油 小麦粉 キャベツ 胡瓜 人 参 白ごま / ブルーベリーゼリー	3 ツナライス とかちだいのコロッケ おうとうかん 胚芽精米 大麦 酒 焼豆腐 まぐ ろ水煮 人参 ごぼう 干し椎茸 グリーンピース 醤油 きび砂糖 酒 みりん 食塩 / 十勝大豆コロッケ 黄桃缶

月	火	水	木	金
6 ごはん いもだんごじる サケフライ いそあえ	7 まめパン イタリアンスープ とりにくのてりやき コロコロサラダ	8 スタミナどん みそしる いわしのスパイスあげ	9 カレーラーメン おさつフリッター パインかん	10 とりめし わかめスープ ブリカツ
精白米 /鶏肉 酒 じゃがいも 片栗粉 食塩 人参 大根 ごぼう 長葱 醤油 食塩 /サケフライ /小松菜 もやし 切りのり 醤油	小麦粉 スkimミルク 鶏卵 甘納豆 /ベーコン じゃがいも 玉葱 人参 ホールコーン マカロニ 醤油 食塩 黒胡椒 鶏ガラスープ 鳥ガラ /鶏肉 醤油 酒 しょうが 片栗粉 小麦粉 醤油 みりん 白ごま /ハム 高野豆腐 人参 胡瓜 ホールコーン 醤油 きび砂糖 酢 白ごま	精白米 豚肉 メンマ 人参 もやし には 醤油 みりん 玉葱 りんご ウスターソース きび砂糖 しょうが には にご 醤油 /小松菜 たもぎたけ 玉葱 味噌 /いわし しょうが には にご 酒 醤油 食塩 片栗粉 小麦粉 カレー粉 チリパウダー 黒胡椒	ソフトラーメン 豚肉 酒 しょうが には にご メンマ もやし 白菜 人参 玉葱 ほうれん草 長葱 カットわかめ 小麦粉 カレー粉 カレールウ 醤油 ウスターソース 味噌 トマトピューレ 鳥ガラ 豚骨 /さつまいも 小麦粉 ベーキングパウダー 鶏卵 牛乳 きび砂糖 黒胡麻 /パイン缶	胚芽精米 小麦 醤油 酒 食塩 鶏ガラスープ 鶏肉 しょうが 玉葱 みりん きび砂糖 /塩わかめ 豆腐 干し椎茸 長葱 醤油 酒 食塩 白ごま ごま油 /ブリカツ
13 ぶたミックスどん みそしる りんご	14 かくしょく みだくさんスープ とりにくのたつたあげ チョコクリーム	15 ごはん チンゲンサイのスープ ひじきいりぎょうざ きりぼしだいこん のナムル	16 ゆであげ カレーソース きなこポテト おうとうかん	17 たきこみいなり すましじる こうやどうふのフライ
精白米 豚肉 酒 醤油 しょうが 片栗粉 小麦粉 厚揚げ 玉葱 筍 人参 ビーマン 醤油 きび砂糖 みりん 白ごま /豆腐 なめこ 長葱 味噌 りんご	小麦粉 スkimミルク 鶏卵 /豚肉 酒 人参 レタス 筍 ほうれん草 干し椎茸 醤油 食塩 黒胡椒 鶏ガラスープ /鶏肉 醤油 酒 しょうが 片栗粉 小麦粉 豆乳 チョコレート ココア きび砂糖 コーンスターチ	精白米 /ベーコン チンゲンサイ 緑豆春雨 ホールコーン 醤油 食塩 黒胡椒 酒 鶏ガラスープ /ひじき入り餃子 /切り干し大根 ほうれん草 人参 白ごま 醤油 きび砂糖 ごま油	スパゲッティ オリーブ油 豚肉 大豆 水煮 玉葱 人参 セロリ しょうが には にご 小麦粉 カレー粉 カレールウ ケチャップ デミグラスソース 中濃ソース オールスパイス 鶏ガラスープ /フレンチポテト きな粉 /黄桃缶	胚芽精米 小麦 上白糖 酢 食塩 油揚げ 人参 干し椎茸 ひじき 醤油 きび砂糖 酒 みりん 白ごま あまのり /高野豆腐 醤油 きび砂糖 酒 みりん カレー粉 食塩 小麦粉 白ごま 鶏卵 パン粉
20 ごはん みそしる ぶたにくの バーベキューソース ごまあえ	21 くらコッペパン チキンクリームに あさりのスパゲッティ サラダ みかん	22 ごはん とうふとえびの チリソースに ひじきいりはるまき ナムル	23 天皇誕生日 	24 ドライカレー かぼちゃコロッケ フルーツカクテル
精白米 /キャベツ 油揚げ 味噌 /豚肉 黒胡椒 小麦粉 片栗粉 しょうが には にご 玉葱 醤油 ウスターソース /小松菜 もやし すり胡麻 醤油 きび砂糖	小麦粉 スkimミルク 鶏卵 黒砂糖 /鶏肉 白ワイン マカロニ 人参 マッシュルーム 小麦粉 パター 牛乳 豆乳 チーズ スkimミルク 鶏ガラスープ /あさり しょうが 醤油 スパゲッティ 胡瓜 人参 /みかん	精白米 /豆腐 むきえび 酒 片栗粉 小麦粉 人参 長葱 干し椎茸 グリンピース しょうが には にご ケチャップ 醤油 中濃ソース チリパウダー /ひじき入り春巻き /ほうれん草 もやし 人参 ごま油 醤油		胚芽精米 小麦 オリーブ油 カレー粉 白ワイン 豚ひき肉 赤ワイン 玉葱 人参 セロリ しょうが には にご 大豆水煮 ビーマン 小麦粉 ケチャップ /かぼちゃコロッケ /みかん 缶 パイン缶 黄桃缶 梨缶 りんご ジュース
27 ハヤシライス こまつなとしめじの サラダ りんご	28 よこわりバンズ キャロットポタージュ レバーいりメンチカツ パインかん	3/1 ごはん みそしる たらザンギ おかかふりかけ	2 みそうどん ごまポテト デコパン	3 さけちらし きのこじる ごまザンギ
精白米 豚肉 玉葱 人参 じゃがいも セロリ しょうが には にご マッシュルーム グリンピース 小麦粉 カレー粉 トマトピューレ ケチャップ デミグラスソース 醤油 鶏ガラスープ /ハム 小松菜 ぶなしめじ みりん きび砂糖 酢 醤油 /りんご	小麦粉 スkimミルク 鶏卵 /ベーコン 玉葱 人参 じゃがいも 小麦粉 パター チーズ スkimミルク 牛乳 豆乳 白ワイン 鶏ガラスープ ルバー入りメンチカツ キャベツ 中濃ソース パイン缶	精白米 /じゃがいも 塩わかめ 長葱 味噌 /たらザンギ /しらす干し 酒 醤油 砂糖 糸かつお 切りのり 青のり 白ごま	ソフトめん 鶏肉 酒 しょうが には にご ごま油 みりん 味噌 醤油 酒 きび砂糖 白すり胡麻 油揚げ つと 干し椎茸 ほうれん草 長葱 /じゃがいも 白すりごま きび砂糖 食塩 デコパン	胚芽精米 小麦 上白糖 酢 食塩 昆布 紅サケフィレ 酒 干し椎茸 かんぴょう 人参 醤油 きび砂糖 みりん 出汁 白ごま /しめじ えのき なめこ 人参 大根 ごぼう 長葱 油揚げ 味噌 酒 /鶏肉 しょうが には にご 醤油 鶏卵 片栗粉

★牛乳200ccは毎日つきます。

★果物は天候等の事情により、変更になる場合があります。

★海産物全般には、小さな「かに」「えび」などが混入していることがあります。ご了承ください。

★献立欄には主な使用食材を記載しています。

★アレルギーの確認には、詳細な資料を別途用意しています。

詳細な献立表を希望する場合や給食についてご不明な点や心配なことがある場合は、学級担任を通して栄養教諭までご連絡ください。

【山の手南小 621-6771】

【山の手小 621-0439】