

きゅうしょくだより

4月号
2026年4月8日
札幌市立有明小学校

入学おめでとうございます！

6年間の小学校生活がスタートしました。子どもたちの心と体の健康の土台になる食事。その一部である給食が15日から始まります。子どもたちが健やかに育ち、笑顔で給食が食べられるよう、安全・安心・おいしい給食作りに努めていきます。ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

なお、毎日の給食はホームページで紹介していますので、ぜひご覧ください！

有明小学校の給食について



有明小学校ホームページ
「今日の給食」▶

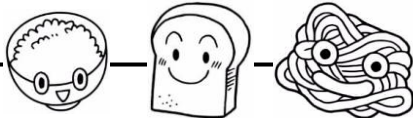


本校は、自分の学校分のみを作る「単独調理校」です。
1階の給食室で、約120人分の給食を3名の調理員が毎日朝から作っています。



栄養価

平均して一日に必要な栄養素の1/3をとることができるよう、1カ月ごとに献立を考えています。
(不足しがちなカルシウムは1/2をとることができるよう考えています。)
ご家庭での食事も、とても大切です。
主食・主菜・副菜をそろえたバランスの良い食事を心掛けましょう。



主食

基本、パン・麺がそれぞれ週1回、ごはん（白飯やピラフなどの味付ごはん）が週3回出ます。

月	火	水	木	金
ごはん	めん	ごはん	ごはん	パン

- ・パン、めんは、道産小麦を使用しており、1人分ずつ袋に入っています。
- ・お米は道産米を使用し、味付ごはんの時は、ビタミンB₁が豊富な胚芽米を使用しています。

おかず

和洋中と味に変化をつけています。世界の料理や郷土料理も出ます。

麺のスープや味噌汁は、豚骨や鶏骨、昆布、削り節を使ってだしをとっています。だしのうまみを味わってほしいです。

食器・食具

料理の味わいを生かし、食事のマナーや文化を身につけるために、主に磁器食器（井のみ樹脂）を使用しています。献立によって数種類の食器・食具（はし、スプーン、フォーク）を組み合わせています。



4月 よていこんだて



月	火	水	木	金
6日	7日	8日	9日	10日
			1年生 給食なし 	1年生 給食なし
13日	14日	15日	16日	17日
開校記念日 	1年生 給食なし 	カレーライス <small>こまつな</small> 小松菜とベーコンのサラダ <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">1年生給食開始日</div>	コーンピラフ チキンナゲット りんご	<small>くる</small> 黒コッペパン <small>に</small> チキンクリーム煮 コールスローサラダ <small>おうとうかん</small> 黄桃缶
20日	21日	22日	23日	24日
<small>ほん</small> ご飯 <small>どうふ</small> マーボー豆腐 いわしのかばやき <small>いそあ</small> 磯和え <small>こまつな</small> (小松菜・もやし)	しょうゆラーメン きなこポテト りんご	<small>ほん</small> ご飯 <small>ぶたじる</small> 豚汁 <small>とりにく</small> <small>て</small> <small>や</small> 鶏肉の照り焼き おひたし <small>そう</small> <small>はくさい</small> (ほうれん草、白菜)	<small>とりめし</small> <small>びばい</small> <small>みそしる</small> <small>あぶらあ</small> 味噌汁(油揚げ、 <small>こまつな</small> 小松菜、えのき) <small>しろはなまめ</small> 白花豆コロッケ	ロールパン コーンシチュー あさりのサラダ <small>あまなつ</small> 甘夏かん
27日	28日	29日	30日	1日
<small>とり</small> <small>どん</small> 鶏ミックス丼 <small>みそしる</small> 味噌汁(あさり、ご <small>こまつな</small> ぼう、小松菜) <small>きよみ</small> 清見オレンジ	ゆであげミートソース フレンチポテト		<small>ごもく</small> 五目ごはん <small>みそしる</small> 味噌汁(じゃがいも、 にはら) <small>とから</small> <small>だいず</small> 十勝大豆コロッケ	コッペパン ポーククリームシチュー <small>そう</small> ほうれん草とコーンのサラダ <small>かんづめ</small> パイン缶詰

※牛乳(200mL)は、毎日つきます。
 ※食材・くだものは流通状況により変更になることがあります。また、海産物全般について、甲殻類を捕食していることから小さなかに、えびが混入している場合があります。あらかじめご了承ください。
 ※詳しい食材表が必要な場合は、学校までご連絡ください。

本校では、1年生は給食当番がありませんので、当番の時に使用する、エプロンや三角巾などは必要ありません。2年生になって当番が始まりましたら、体に合った、身支度のしやすいものを御用意ください。

給食時間の必需品は、ハンカチ・ティッシュです。食べる前の手洗いや食べこぼしの始末などに使います。日頃の習慣として持ち歩きましょう。

