



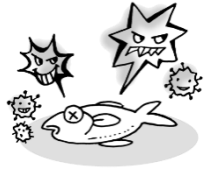
給食だより 7月

札幌市立旭小学校・札幌市立豊園小学校
令和8年(2026年)6月29日



食中毒にご注意！

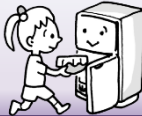
1年の中で食中毒が多くなるのは、これから9月にかけての時期です。食べ物に食中毒の細菌が付くと、あっという間に増えてしまいます。また、細菌の中には、食べ物の中で増えても、味やにおいの変化では分からないものもあります。食中毒を防ぐために以下のことにご注意ください。



生ものはなるべく避け、
熱を加えたものを食べる。



調理したものは、
なるべく早めに食べる。
残ったものは冷蔵庫で
保存し、早めに食べきる。



調理前には必ず手をよく洗い、
まな板や食器は清潔に保つ。
生で食べる野菜や果物は、
よく洗って食べる。



消費期限表示のあるものは、
よく確かめてから購入する。



ペットボトルの飲料は、
飲みきれるサイズのものを選び、
開封したら早めに飲みきる。



変だと感じたものは口に入れず、
思い切って処分する。



和食の達人



和食は世界的にも注目されている一方で、給食時間の様子を見ると和食を中心とした献立の際に、苦手意識を持っていたり、残食量が多くなったりする傾向があります。子どもたちが日本の伝統的な食事を知り、和食のよさに気が付くきっかけとなるよう、今年度も「和食の達人」と題し、年間を通じて給食時間に和食についての取組を行います。実施内容は、以下の通りです。

	実施時期	内容
第1回	6月	和食に欠かせない「昆布」について知り、だしを味わおう！
第2回	9月	昔から大切にされてきた、十五夜の行事食を楽しもう！
第3回	11月	和食に欠かせない「発酵食品」を味わって食べよう！ ※醤油だれか味噌だれかを選ぶ、リザーブ給食
第4回	12月	ごはんを中心に組み合わせた、和食のこんだてについて知ろう！
第5回	1月	旬の食材で「冬」を感じよう！



わたしのなまえはしゃもじい。
みんなに和食のよさを伝えるために
やってきたんじや。

ころりんです！
和食のこと、たくさん
知りたいな！



7月よてい にんだて

★牛乳は毎日 200ml つきます。

月	火	水	木	金
★しらす、わかめ、ししゃものお腹の中や貝類など、海産物全般にはごくまれに小さなえび、かにが混入していることがあります。 ★ししゃもは、基本的にメスの子持ちカラフトししゃもを使用します。オスの場合にも、ごくまれにメスが混入することがあります。また、カレーや、魚体を丸ごと食べる「いわしのかがり」には、まれに魚卵が残存する可能性があります。 ★献立の下に、大まかな食材を表示しています。／が献立の区切りです。アレルギーなどで、詳しい献立表が必要な方は、お知らせください。 ★天候等の影響で、くだものや一部の食材が変更になることがあります。ご了承ください。 ★ご不明な点などございましたら、豊園小学校 栄養教諭（吉田）までお問い合わせください。	1 廻6年生なし、 試食会 カオ・ラートナー ・ガイ (鶏肉のあんかけごはん) チンゲン菜のスープ パイン缶詰 白飯、鶏肉、小麦粉、玉葱、ピーマン(緑・赤)、小葱、バナナ、チゲソース、春雨、ゴシノイ缶	2 廻6年生なし 冷麦 ごまポテト メロン ソフめん、椎茸、つと、胡瓜、長葱／じゃが芋、ゴマ、メロン	3 廻6年生なし コーンピラフ 野菜コロック 黄桃缶詰 胚芽米、大麦、バナナ、ゴシノイ、玉葱、人参、ゴシノイ、マッシュルーム／じゃが芋、豚肉、玉葱、ゴシノイ、人参、グリル、脱脂粉乳、小麦粉、ゴマ／黄桃缶	
6 カレーライス 小松菜と ベーコンのサラダ 白飯、豚肉、じゃが芋、人参、玉葱、和り、りんご、生姜、コンニャク、リビース、小麦粉、ゆず、小松菜、もやし、ゴマ	7 廻2年生なし 背割コッペ キャロットポタージュ セルフドック (ウインナー) パイン缶詰 背割コッペ、バナナ、玉葱、人参、じゃが芋、小麦粉、バナナ、チーズ、スライス、牛乳、豆乳、鶏肉、豚肉、バナナ缶	8 廻ひかり学級なし ごはん さつまい 揚げポークシウマイ ごま和え (小松菜・もやし) 白飯／鶏肉、薩摩芋、豆腐、コンニャク、人参、大根、牛蒡、長葱、味噌／玉葱、豚肉、牛肉、小麦粉／小松菜、もやし、ゴマ	9 ピリカラ 冷やしラーメン きなこポテト すいか ソフめん、人参、胡瓜、ゴシノイ、味噌、玉葱、生姜、コンニャク／じゃが芋、きなこ／すいか	10  ★フードリサイクル レタス使用★ レタス入り 焼豚チャーハン 白花豆コロック 黄桃缶詰 胚芽米、大麦、豚肉、長葱、生姜、コンニャク、人参、玉葱、ゴシノイ、椎茸、ゆず、ゴシノイ、油／白花豆、じゃが芋、バナナ、小麦粉、黄桃缶
13 ごはん 豆腐のカレーソース 揚げぎょうざ たたききゅうり 白飯／豆腐、豚肉、玉葱、人参、生姜、コンニャク、リビース、りんご、小麦粉／豚肉、キャベツ、小麦粉、玉葱、鶏肉、小麦粉／胡瓜、ゴマ	14 コッペパン ベーコンシチュー もやしのごまサラダ 冷凍みかん コッペパン、バナナ、玉葱、人参、玉葱、人参、小麦粉、バナナ、牛乳、豆乳、チーズ、スライス、ほうれん草、もやし、ゴシノイ、人参、ゴマ／冷凍みかん	15 とり天丼 味噌汁 (じゃが芋・玉ねぎ・わかめ) 磯和え (小松菜・もやし) 白飯、鶏肉、生姜、コンニャク、小麦粉、卵／じゃが芋、玉葱、わかめ、味噌／小松菜、もやし、のり	16 ミートとズッキーニ のスパゲティ 人参とコーンの サラダ スパゲティ、バナナ、豚肉、玉葱、人参、大豆、マッシュルーム、和り、コンニャク、ズッキーニ、小麦粉、トマト、人参、胡瓜、ゴシノイ	17  ★ポーラスター ほうれん草使用★ ほうれん草ピラフ チキンナゲット フルーツミックス (シロップなし) 胚芽米、大麦、バナナ、ゴシノイ、人参、玉葱、コンニャク、ほうれん草、鶏肉、おから、小麦粉／バナナ缶、黄桃缶、梨缶
20 ☆海の日☆ 	21 フィッシュバーガー ポテトスープ アイスクリーム 横割バナナ、スライス、小麦粉、バナナ、じゃが芋、人参、玉葱／アイスクリーム	22 スタミナ丼 味噌汁(大根・油揚げ) 冷凍みかん 白飯、豚肉、人参、もやし、コンニャク、玉葱、りんご、生姜、コンニャク、ゴシノイ／大根、油揚げ、味噌／冷凍みかん	23 冷麦 フレンチポテト パイン缶詰 ソフめん、椎茸、つと、胡瓜、長葱／じゃが芋、バナナ缶	24 ☆終業式☆ ひじきごはん 味噌汁 (高野豆腐・小松菜) メンチカツ 胚芽米、大麦、鶏肉、ひじき、油揚げ、白滝、人参、グリル、凍り豆腐、小松菜、味噌／豚肉、玉葱、小麦粉

フードリサイクルのレタスが登場します!

札幌市では、平成 18 年から「学校給食フードリサイクル」に取り組んでいます。フードリサイクルとは、給食の調理くずや残食などの生ごみを堆肥化し、その堆肥を利用して育てた作物を給食に使用する取組です。

7月の給食では、10日(金)の『レタス入り焼豚チャーハン』で、フードリサイクルの仕組みで育てられたレタスを使用します。実際に味わいながら、食べ物を大切にする気持ちを学んでほしいと思います。

