

4月の給食だより

令和8年(2026年)4月8日発行

第1号

札幌市立厚別北小学校
札幌市立厚別通小学校

御入学 御進級 おめでとうございます



元気いっぱいの1年生を迎え、新年度がスタートしました。
給食は、9日(木)から始まります。※1年生は、14日(火)からです。
給食室スタッフ一同、お子さまの心と体の健康を願って、安心・安全でおいしく、栄養のバランスのとれた給食調理に一生懸命、力を尽くしてまいりますので、御家庭の皆様の御理解と御協力をどうぞよろしくお願いいたします。



がっこう しょういく 学校での「食育」

学校給食は「教育の一環」として行われます。

食育は学校教育活動全体を通して推進していくことがうたわれています。何をどのように食べれば、生涯を通して健康に過ごすことができるのか、給食を通して子どもたち自身が自分の食事について興味・関心を持ち、自ら考えて健康的な食生活を実践する力を身に付けていくことを目指しています。



給食時間は…単に「食事」

をするだけではなく、学級のお友達と協力合って、盛り付けや配膳・後片付けなどを行います。



御家庭でも… 食器やはしを

並べる、食べ終わった食器を片付けるなどの簡単なお手伝いができること給食当番の練習にもなりますね。

●厚別北小学校の給食は…

調理設備のある厚別通小学校が親学校となり、子学校となる厚別北小学校の給食も作って、専用の配送トラックで届けます。

配送時間の関係で、親学校よりも、30分程度早く調理するので、安全においしく楽しく食べてもらえるように調理方法や食缶など工夫しています。



栄養教諭の

ふじさき

『藤崎 くるみ』と申します。



子どもたちの健康を願って、おいしい給食を作るために一生懸命、頑張っています。

どうぞよろしく

お願いいたします！

★食物アレルギー等で食事制限のある方は担任または、厚別通小学校の栄養教諭(藤崎)まで御相談ください。

厚別通小学校 TEL. 892-7555



4月のよていこんだて



月	火	水	木	金
6	7	8	9	10
<p>～給食は、食指導のための「生きた教材」です～</p>  <p>どんな味がするのか どんな栄養があるのか 味わって学びます。</p>		<p>始業式 入学式</p> 	<p>とりめし 味噌汁 ◆白花豆コロッケ</p> 	<p>きつねうどん △ごまポテト 清見オレンジ</p> 
13	14	15	16	17
<p>五目ご飯 味噌汁 十勝大豆コロッケ</p> 	<p>☆カレーライス △小松菜とコーンのサラダ</p> 	<p>15 ◆横割りバンズ 麦入り野菜スープ セルフハンバーガー (レバー入りハンバーグ) ☆フルーツミックス</p>	<p>16 △和風そばろご飯 味噌汁 △Feちゃんぎょうざ(2個)</p> 	<p>17 ゆで上げスパゲティ & ミートソース フレンチポテト</p> 
<p>胚芽米・大麦・鶏肉・油揚げ・椎茸・白滝・にんじん・ごぼう・たけのこ・ひじき/じゃが芋・にら/大豆・小麦粉</p>		<p>ベーコン・にんじん・玉ねぎ・キャベツ・セロリ・大麦・パセリ/牛肉・豚肉・豚レバー/黄桃缶・洋梨缶・りんご缶</p>	<p>鶏挽肉・焼豆腐・切干大根・椎茸・ひじき・ごま・にんじん・赤味噌/厚揚げ・小松菜/豚挽肉・レバー・小麦粉・ごま油</p>	<p>オリーブオイル・パセリ・豚挽肉・大豆・玉ねぎ・にんじん・セロリ・マッシュルーム・小麦粉・にんにく/じゃが芋</p>
1年生給食開始				
20	21	22	23	24
<p>◆コーンピラフ チキンナゲット ☆りんご</p> 	<p>21 △☆厚揚げ入り肉炒め丼 すまし汁 清見オレンジ</p> 	<p>22 ◆黒コッペ ◆チキンクリーム煮 コールスローサラダ ☆スライスパン</p> 	<p>23 △マーボー豆腐 △いわしのかば焼き 磯和え</p> 	<p>24 しょうゆラーメン きな粉ポテト ☆黄桃缶</p> 
<p>胚芽米・大麦・バター・ベーコン・にんじん・ホールコーン・マッシュルーム・パセリ/鶏肉・おから・小麦粉・パン粉</p>	<p>豚肉・厚揚げ・メンマ・もやし・小松菜・にんじん・片栗粉・りんご・ごま油・ごま/豆腐・わかめ・椎茸</p>	<p>鶏肉・マカロニ・マッシュルーム・パセリ・牛乳・豆乳・チーズ・スキムミルク・バター・小麦粉/にんじん・ホールコーン</p>	<p>豚挽肉・にんじん・椎茸・赤味噌・片栗粉・ごま油/いわし・小麦粉・片栗粉・ごま/小麦粉・もやし・かつお節</p>	<p>豚肉・メンマ・つと・もやし・玉ねぎ・にんじん・茎わかめ・長ねぎ・ほうれん草/じゃが芋・きな粉・砂糖</p>
27	28	29	30	
<p>27 手巻きのり △たき込みいなり 北海道産ブリカツ からし和え</p> 	<p>28 すき焼き 揚げポークシュウマイ △おかかふりかけ</p>	<p>29 昭和の日</p> 	<p>30 豚汁 △鶏肉の照り焼き おひたし</p> 	<p>アレルギーで食べられない食品があった日は、不足した栄養素を御家庭で補うようにしていただきたいと思えます。</p> 
<p>胚芽米・大麦・油揚げ・にんじん・ひじき・椎茸・ごま・のり/ブリ・小麦粉・パン粉・片栗粉/ハム・小松菜・キャベツ</p>	<p>豚肉・焼豆腐・白滝・白菜・たもぎ茸・焼き麩・春菊・椎茸/豚肉・牛肉・小麦粉/しらす干し・ごま・青のり・かつお節</p>		<p>豚肉・豆腐・じゃが芋・にんじん・ごぼう・長ねぎ・味噌/鶏肉・小麦粉・片栗粉・ごま/ほうれん草・白菜・かつお節</p>	
行事食～こどもの日				

こんだてメモ

- ★麦入り野菜スープ…平たい大麦をあっさりした野菜スープに加えた、具たくさんで食物繊維豊富なおいしいスープです。
- ★和風そばろご飯…鶏挽肉だけでなく、焼豆腐・にんじん・ごぼう・切干大根・ひじき・椎茸を加えたそばろをご飯にのせて食べます。
- ★Feちゃんぎょうざ…Feとは栄養素の「鉄」のことで、Feちゃんは、「てっちゃん」と読みます。鉄が添加された「ぎょうざ」です。
- ★厚揚げ入り肉炒め丼…厚揚げを小麦粉と片栗粉をまぶし、油で揚げて肉炒め丼に加えます。栄養のバランスの良い丼ご飯です。
- ★たき込みいなり…甘辛く煮た小さな油揚げがたくさん入った五目ご飯を自分で手巻きのりに包んで食べます。

- MILK** ♪牛乳は毎日200mlつきます。
- MEMO** ♪給食で使用している主な食材を載せています。(/は、献立の区切りです。)

アレルギー表示

- 鶏卵・うずら卵使用
- ◆ 牛乳・乳製品使用
- ☆ 柑橘類以外の果物使用
- △ ごま・ごま油使用

