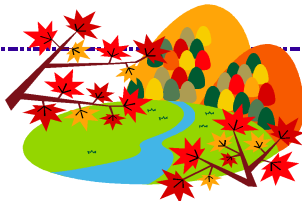


給食だより

11月

令和7年10月30日
札幌市立北都中学校
札幌市立厚別北中学校



秋も深まり、寒さが身にしみる季節になりました。
暖房などで空気が乾燥すると、いろいろな感染症の流行も心配です。しっかり
体調を整えて、本格的な冬に備えましょう。

11月は 伝統野菜『札幌白ごぼう』が給食に登場します！



札幌白ごぼうは、やわらかく
て香りのよいのが特徴です！

「札幌白ごぼう」は、清田区の有明地区と北区の篠路
地区で作られている伝統野菜です。現在札幌市内でこの
白ごぼうを栽培している農家は2件しかありませんが、
今月はその貴重な伝統野菜を学校給食に提供してもらい
ます。本校では11月6日の「ごぼうピラフ」で、清田
区産の「札幌白ごぼう」を27kg使用いたします。

札幌白ごぼう

< 札幌伝統野菜とは >

札幌市の農業は、限られた農地を活用して農家の知恵や
技術を結集し、都市化が進む中で新鮮な野菜を提供してき
ました。様々な野菜の品種が栽培され、淘汰されてきた中
で、受け継がれてきた野菜が「札幌伝統野菜」です。

札幌伝統野菜と呼ばれるには…

1. 札幌市内で作られた野菜であること
2. 札幌（サッポロ）の名前がついていること
3. 今でも種（苗）があり、作ることができるもの



札幌伝統野菜には、白ごぼうのほかに札幌大球
（キャベツ）、札幌大長ナンバン（唐辛子）、札幌
ミドリ（枝豆）、札幌黄（玉ねぎ）があります。

“和食”は2013年12月に「ユネスコ無形文化遺産」に登録さ
れました。和食文化の大切さを再認識するきっかけとなるようにと
いう願いを込めて、11月24日を“いい日本食（和食）の日”と
して和食文化国民会議で認定されました。世界に誇るべき食文化
である“和食”の保護、継承を大切にしていきたいですね。



今年11月24日は振替休日ですので、給食ではその前後に
「和食の日」を意識した献立を組みました。「和食の日」が近
くなりましたら、和食文化国民会議で作成されたパンフレット
も配布いたします。この機会に「和食の特徴」や「和食の良
さ」について考えてみましょう。



いいにほんしょく

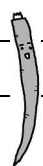
11月24日は
「和食の日」



11月予定献立

★食材名に記載されていないくても、海藻やあさりの中に小さいえびが混入している場合があります。



月 3日	火 4日	水 5日	木 6日	金 7日
 文化の日	チキンライス 白身魚のハーブ焼き フルーツカクテル 	カレーラーメン 白花豆コロッケ りんご 	ごぼうピラフ メンチカツ 厚揚げサラダ  清田区産札幌 白ごぼう使用	肉炒め丼 江別産 味噌汁 じゃが芋使用 (じゃがいも・わかめ) ひじき入り ぎょうざ
米 大麦 バター トマト 鶏肉 たまねぎ にんじん グリン ピース 油 /真だら切り身 に んにく パン粉 粉チーズ パ セリ バジル オリーブ油 /み かん缶 パイン缶 黄桃缶 な し缶 夏みかん缶 りんご /	ソフトラーメン 豚肉 生姜 に んにく 油 メンマ もやし 白菜 人参 玉ねぎ ほうれん草 長ね ぎ わかめ 小麦粉 白みそ トマ ト りんご /白花豆コロッケ な たね油 /りんご	米 大麦 バター パラベー コン ごぼう 玉ねぎ 人参 に んにく ホールコーン パセリ 油 /メンチカツ なたね油 / 厚揚げ 生姜 かたくり粉 小 麦粉 なたね油 キャベツ き ゅうり 人参 ごま油 白ごま /	白飯 豚肉 メンマ 人参 油 もやし ほうれん草 玉ねぎ りんご 生姜 にんにく かた くり粉 ごま油 白ごま /じゃ がいも 塩わかめ 長ねぎ 白 みそ 赤みそ /ひじき入りぎ ょうざ なたね油 /	
10日 江別産 じゃが芋 使用	11日	12日	13日	14日
ロールパン ポテトグラタン あさりの スパゲティサラダ パイン缶	ご飯 マーボー豆腐 ひじき春巻 小松菜のナムル	たぬきうどん  (えび入り) チーズポテト 江別産 じゃが芋 使用 温州みかんゼリー	エスカロップ ほうれん草と コーンのサラダ	鶏ミックス丼 味噌汁 (高野豆腐・わかめ) 柿 
ロールパン パラベーコン 玉 ねぎ じゃがいも 人参 小麦 粉 バター 油 チーズ スキム ミルク 牛乳 豆乳 パン粉 粉 チーズ パセリ/あさり 生姜 スパゲティ きゅうり 人参 油 白みそ ごま油 白ごま/パ イン缶	白飯 木綿豆腐 豚ひき肉 生 姜 にんにく 油 人参 長ねぎ 干しいたけ 赤みそ オイス ターソース ごま油 かたく り粉/ひじき春巻 なたね油 / ローズハム 小松菜 もやし 人参 ごま油 白ごま /	ソフトめん あさり さくらえび かたくちいわし煮干し 人参 春 菊 ごぼう 切り干し大根 ひ じき 小麦粉 卵 なたね油 鶏肉 つと ほうれん草 長ねぎ たも ぎだけ 干しいたけ /じゃがい も バター チーズ 牛乳 スキム ミルク/国産温州みかんゼリー	米 大麦 バター パセリ たけ のこ 油 豚肉もも 小麦粉 卵 パン粉 なたね油 玉ねぎ 人 参 生姜 にんにく トマト/ ローズハム ほうれん草 ホー ルコーン 白ごま 油	白飯 鶏肉もも 生姜 厚揚げ 小麦粉 かたくり粉 なたね 油 人参 玉ねぎ たけのこ 干しいたけ ビーマン 油 白 ごま /凍り豆腐 塩わかめ 長ねぎ 白みそ 赤みそ /柿
17日 江別産 じゃが芋 使用	18日	19日	20日	21日
揚げパン イタリアンスープ 小松菜と ベーコンのサラダ ベビーチーズ	いりこめし さんまのみぞれかけ 磯和え 今月の「食べようニッ ポン!!」は、香川県の 『いりこめし』です!	パスタボンゴレ フレンチポテト スイート グレープゼリー	焼豚チャーハン かぼちゃコロッケ 中華サラダ 	豚すき丼 味噌汁 (豆腐・わかめ) さつまいも 天ぷら 和食
ソフトフランスパン なたね 油 グラニュー糖 シナモン/ パラベーコン じゃがいも 玉 ねぎ 人参 ホールコーン パ セリ マカロニ /パラベーコン 小松菜 もやし油 白ごま /ベビーチーズ	米 大麦 かたくちいわし煮干 し 油揚げ 人参 ごぼう むき 枝豆 /さんま 小麦粉 かたく り粉 なたね油 大根 生姜 / 小松菜 もやし 切りのり /	ソフトパスタ あさり 大豆水 煮 玉ねぎ 人参 セロリ 生姜 にんにく 油 パセリ 小麦粉 ト マト 赤みそ /フレンチポテト なたね油 /スイートグレープゼ リー /	米 大麦 油 豚肉 長ねぎ 生 姜 にんにく 人参 玉ねぎ ホ ールコーン 干しいたけ グリ ンピース ごま油 /かぼちゃ コロッケ なたね油 /ローズ ハム 緑豆春雨 きゅうり も やし 人参 ごま油 白ごま /	白飯 豚肉 しらたき 玉ねぎ たけのこ たもぎだけ ほうれ ん草/豆腐 塩わかめ 長ねぎ 白みそ 赤みそ /さつまいも 小麦粉 卵 なたね油 /
24日	25日	26日	27日	28日
 振替 休日 わしょく ひ 和食の日	ご飯  石狩鍋 ごまザンギ のりの佃煮 和食	塩ラーメン シナモンポテト みかん	ビビンバ  エビバーグ (バーベキューソース) フルーツミックス	チキンカレー もやしのごまサラダ りんご缶 
	白飯 鮭 豆腐 キャベツ 人参 玉ねぎ つきこんにゃく ぶな しめじ 長ねぎ 白みそ /鶏肉 生姜 にんにく 卵 かたくり 粉 白ごま なたね油/もみの り ひじき 水あめ /	ソフトラーメン 豚肉 生姜 に んにく 油 メンマ もやし 人参 玉ねぎ 白菜 長ねぎ ほうれん 草 わかめ ごま油 白ごま/さ つまいも なたね油 /みかん /	米 大麦 豚ひき肉 焼き豆腐 メンマ 長ねぎ 生姜 にんにく 油 ごま油 人参 ほうれん草 もやし 白ごま /エビバーグ なたね油/みかん缶 パイン缶 黄桃缶 なし缶 夏みかん缶 /	白飯 鶏肉もも じゃがいも 人参 玉ねぎ セロリ りんご 生姜 にんにく 小麦粉 油 / ほうれん草 もやし 人参 赤 みそ 白すりごま /りんご缶