



きゅうしょくだより

札幌市立南月寒小学校
札幌市立あやめ野小学校
2026.10.30 発行

肌に触れる風もだんだんと冷たくなり、秋が深まってきましたね。11月23日は勤労感謝の日です。
給食に関わる人への感謝の気持ちを忘れずにいただきましょう。

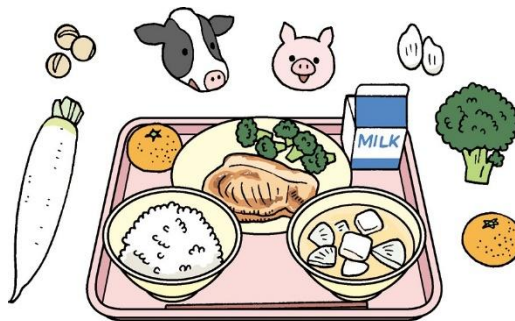
給食を支えるたくさんの人へ「ありがとう」

生産する人



いつも心をこめて野菜を育ててくれたり、海で新鮮な魚をとっています。

私たちの給食



作ってくれる人



みなさんの健康や笑顔のために手間をおしماず給食を作っています。

運んでくれる人



新鮮な食材を届けるために、みなさんが登校するより早く運んでくれています。

みなさんの「おいしい」という言葉や、残さずに食べてくれると、私たちはとてもうれしいです。言葉や行動で感謝の気持ちを伝えてみましょう。

11月24日は
和食の日

受け継ごう 和食文化



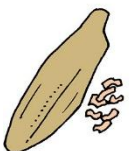
「和食の達人」では、和食のよさや魅力について学び、みなさん達人に少しずつ近づいてきました。
「和食;日本の伝統的な食文化」は、2013年にユネスコ世界文化遺産に登録されました。和食文化を将来に渡って伝えていくために、私たちで和食文化を守っていきましょう。

和食文化を支える いろいろのだし



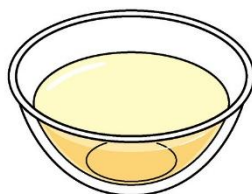
こんぶ

収穫したこんぶを干して、乾燥させたものです。



かつおぶし

かつおの身を煮てからいぶして乾燥させたものです。



煮干し

いわしなどの稚魚を煮て、干したものです。



干しいたけ

しいたけを機械や天日で乾燥させたものです。



だしとうま味を
味わって食べるのじゃ！！



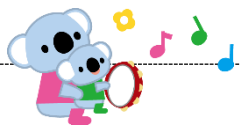


11月



よていこんだて

◆◆◆牛乳は毎日 200ml つきます。物流の関係で献立を変更することがあります。◆◆◆

月	火	水	木	金
2	3	4	5	6
豚すき丼 味噌汁 きびなごの カリカリフライ		ご飯 じゃがいものそぼろ煮 ひじき春巻 おひたし	きつねうどん ごまみそポテト みかん	ごぼうピラフ 北海道産ブリカツ 大根サラダ
白飯・豚肉・しらたき・玉ねぎ・たけのこ・たまごたけ・ほうれんそう・じゃがいも・カットわかめ・長ねぎ/きびなごのカリカリフライ(冷凍)		白飯/豚ひき肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・大豆水煮・切り干し大根・さやいんげん・干しいたけ・しょうが/ひじき春巻(冷凍)/こまつな・もやし・糸かつお	ソフトめん・油揚げ・つと・干しいたけ・長ねぎ・たまごたけ・ほうれんそう・じゃがいも・白ごま/みかん	米・おおむぎ・バター・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/北海道産ブリカツ(冷凍)/だいこん・まぐろ・きゅうり・人参・白ごま
9	10	11	12	13 
ご飯 豆腐のオイスターソース煮 ししゃものから揚げ 磯和え	ロールパン クリームシチューカレー風味 小松菜とベーコンのサラダ 洋なし缶	肉炒め丼 味噌汁 柿	ゆであげ シーフードトマトソース ストローポテトサラダ	赤飯 けんちん汁 味噌味 とり天 <div>南月寒小 50周年お祝い給食</div>
白飯/豆腐・豚肉・ピーマン・玉ねぎ・長ねぎ・人参・しょうが・にんにく・オイスターソース/カラフトししゃも・小麦粉/ほうれんそう・はくさい・もみのり	ロールパン/豚肉・セロリー・じゃがいも・玉ねぎ・人参・パセリ・小麦粉・バター・カレールウ・牛乳・豆乳・スキムミルク・チーズ/ベーコン・こまつな・もやし・白ごま/なし缶詰	白飯・豚肉・メンマ・人参・もやし・ほうれんそう・玉ねぎ・りんご・しょうが・にんにく・白ごま/キャベツ・油揚げ/かき	スパゲティ・パセリ・ベーコン・えび・いか・あさり・玉ねぎ・人参・セロリー・にんにく・パセリ・小麦粉・トマト缶詰/ハム・キャベツ・きゅうり・ホールコーン・じゃがいも・白ごま	米・甘納豆・黒ごま/鶏肉・豆腐・つきこんにやく・人参・だいこん・ごぼう・長ねぎ/鶏肉・しょうが・にんにく・小麦粉・全卵
16	17	18	19	20
ご飯 芋団子汁 かわいい唐揚げ (パーベキューソース) のりとあさりの佃煮	コッペパン コーンクリームスープ 白花豆コロッケ アップルゼリー	キーマカレー あさりのカリッとサラダ	塩ラーメン 大学芋 パイン缶詰	ビビンバ かぼちゃチーズフライ フルーツミックス
白飯/鶏肉・じゃがいも・人参・だいこん・ごぼう・長ねぎ/かわいい唐揚げ・玉ねぎ・しょうが・にんにく/あさり・しょうが・もみのり・ひじき	コッペパン/ホールコーン・クリームコーン・ベーコン・玉ねぎ・人参・パセリ・小麦粉・バター・牛乳・豆乳・スキムミルク・チーズ/白花豆コロッケ(冷凍)/りんごジュース・粉寒天	白飯・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・セロリー・しょうが・にんにく・大豆水煮・パセリ・レーズン小麦粉・トマト缶詰/あさり・しょうが・小麦粉・きゅうり・キャベツ・人参・白ごま	ソフトラーメン・豚肉・しょうが・にんにく・メンマ・つと・もやし・人参・玉ねぎ・はくさい・長ねぎ・ほうれんそう・カットわかめ/さつまいも・黒ごま/パイン缶詰	米・おおむぎ・豚ひき肉・焼き豆腐・メンマ・長ねぎ・しょうが・にんにく・人参・こまつな・もやし・白ごま/かぼちゃチーズフライ(冷凍)/みかん缶・パイン缶・黄桃缶・なし缶
23	24	25	26	27
	振替休業日 	和風そぼろごはん 味噌汁 さんまスパイス揚げ	カレーうどん 青のりポテト みかん	ツナライス メンチカツ サイコロサラダ
		白飯・鶏ひき肉・焼き豆腐・切り干し大根・干しいたけ・ひじき・白ごま・しょうが・ごぼう・人参/だいこん・油揚げ/さんま・しょうが・にんにく・小麦粉	ソフトめん・鶏肉・油揚げ・人参・玉ねぎ・たけのこ・ごぼう・干しいたけ・ほうれんそう・たまごたけ・長ねぎ・小麦粉/じゃがいも・青のり/みかん	米・おおむぎ・焼き豆腐・まぐろ・水煮・人参・ごぼう・干しいたけ・グリーンピース/メンチカツ(冷凍)/ハム・人参・きゅうり・ホールコーン
30	12/1	12/2	12/3	12/4
ご飯 ピリカラすき焼き 揚げぎょうざ たたききゅうり	角食 ポトフ ほっけのごまフライ きなこクリーム	ご飯 いわしのかばやき 味噌汁 ごま和え	長崎ちゃんぽん (えび入り) スパイシーポテト バナナ	焼豚チャーハン 鶏肉の竜田揚げ フルーツミックス
白飯/豚肉・焼き豆腐・しらたき・玉ねぎ・はくさい・長ねぎ・たまごたけ・白ごま・長ねぎ・にんにく・しょうが・りんご/ぎょうざ(冷凍)/きゅうり・白ごま	角食/チキンウインナー・ベーコン・キャベツ・じゃがいも・人参・だいこん・さやいんげん/ほっけ・小麦粉・全卵・パン粉・白ごま/豆乳・きな粉・コーンスターチ・バター	白飯/いわし・小麦粉・しょうが・白ごま/凍り豆腐・カットわかめ・長ねぎ/ほうれんそう・はくさい・白ごま	ソフトラーメン・豚肉・しょうが・にんにく・えび・つと・もやし・人参・玉ねぎ・キャベツ・たけのこ・チンゲンツアイ・黒きくらげ・人参・長ねぎ/フレッシュポテト/バナナ	米・おおむぎ・豚肉・長ねぎ・しょうが・にんにく・人参・玉ねぎ・ホールコーン・干しいたけ・グリーンピース/鶏肉・しょうが・小麦粉/みかん缶・パイン缶・りんご缶・黄桃缶・なし缶