

きゅうしょくだより 4月

札幌市立盤溪小学校 令和8年(2026年)3月25日発行

1年生のみなさん、御入学おめでとうございます。2年生から6年生のみなさん、進級おめでとうございます。毎日の給食をおいしく食べてくれたらうれしいです。「きゅうしょくだより」では、食に関する様々な情報を発信していきます。御家庭で身近な食について考えるきっかけになれば幸いです。

きゅうしょく 給食がはじまります

2年生以上のみなさんは4月9日から給食がはじまります。1年生のみなさんは、初めての給食が4月14日からはじまります。今年度も、おいしく安全な給食作りを努力してまいります。保護者の皆様の御理解と御協力をよろしくお願い申し上げます。

ごはん

- ・米飯給食は週3回(自校1回・委託2回)です。
- ・お米は道産米です。自校炊飯(混ぜご飯)では、胚芽米と大麦も使用します。



パン

- ・道産小麦100%のパンを使用しています。食品添加物を使用せずに作られています。
- ・大きさは、低・中・高学年と3段階に分かれています。



めん

- ・うどん、ラーメン、パスタがあり、すべて道産小麦を使用しています。
- ・夏場は冷たい麺や冷麦、ゆであげスパゲティーもあります。



がっこうきゅうしょく 学校給食は…

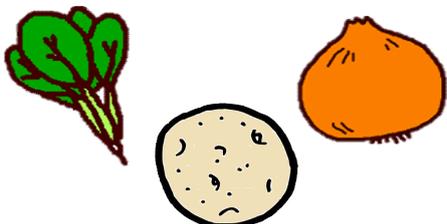
学校教育の一環として、栄養のバランスが整った食事をとりながら、楽しいふれあいの中で子どもたちの健康と心身の成長を促すことを目的としています。また、食物の生産・運搬に関わる人々へ感謝する心、地域の産物・食文化を理解し尊重する心、食事のマナーや食事を通じた社交性・社会性を身に付けることもねらいになっています。

もりつけしたり、配膳することも社会性を身に付けることの一つと考えています。



りょうり料理はできる限り素材からのてづく手作りを心掛けています。

さっぼろし 札幌市では…



地場産物の活用を力を入れています。農薬をできるだけ減らして栽培された北海道の青果物を取り入れる予定です。また、学校給食を作る時に出る調理くずや食べ残しを堆肥化し、その堆肥で栽培したレタスや玉ねぎなどを給食の食材として使用する『さっぼろ学校給食フードリサイクル』に取り組んでいます。郷土料理や特産物に関心をもってもらうための献立もたくさんあります。

4月のよていこんだて

牛乳は、毎日つきます。

月	火	水	木	金
<p>今年度の主食は</p> <p>月曜日・・・白飯 火曜日・・・パン 水曜日・・・白飯 木曜日・・・麺 金曜日・・・自校炊飯</p> <p>よろしく おねがいします</p> 	<p>日にち</p> <p>献立名</p> <p>使用食材</p>	<p>給食はよくかんで食べましょう</p> 		
<p>★毎月発行している給食だよりは、調味料以外の食材を記載しているので参考にしてください。</p> <p>★「しらす干し」「塩蔵わかめ」「あさり」「カラフトししゃも」などの海産物には、小さないかに含まれることがあります。</p> <p>★天候などの都合により、献立が変更になる場合があります。御了承ください。</p>	<p>8日</p> <p>始業式・入学式</p> 	<p>9日</p> <p>にくうどん スパイシーポテト ミニトマト</p> <p>肉うどん 豚肉・油揚げ・にんじん・長ねぎ・ほうれん草・干しいたけ・たまき茸</p> <p>スパイシーポテト じゃが芋・揚げ油・カレー粉</p> <p>ミニトマト</p>	<p>10日</p> <p>ごもくごはん みそしる とかちだいずコロッケ</p> <p>五目ごはん 米・大豆・鶏肉・干しいたけ・油揚げ・ごぼう・しらたき・にんじん・ひじき・たけのこ・グリーンピース</p> <p>味噌汁 じゃがいも・にら</p> <p>十勝大豆コロッケ 十勝大豆コロッケ(じゃが芋・大豆・玉ねぎ・乾燥マッシュポテト・パン粉・小麦粉)・揚げ油</p>	
<p>13日</p> <p>ごはん ぶたじる とりにくのてりやき おひたし</p> <p>豚汁 豚肉・豆腐・じゃが芋・こんにゃく・にんじん・大根・玉ねぎ・ごぼう・長ねぎ・しょうが</p> <p>鶏肉の照り焼き 鶏肉・しょうが・片栗粉・小麦粉・揚げ油・ごま</p> <p>おひたし ほうれん草・白菜・糸かつお</p>	<p>14日 1年生給食開始</p> <p>くるコッペパン チキンクリームに コールスローサラダ くだもの</p> <p>チキンクリーム煮 鶏肉・マカロニ・にんじん・玉ねぎ・マッシュルーム・パセリ・小麦粉・バター・牛乳・豆乳・チーズ・スキムミルク</p> <p>コールスローサラダ キャベツ・にんじん・コーン</p> <p>くだもの 清見オレンジの予定</p> 	<p>15日</p> <p>カレーライス こまつなと ベーコンのサラダ</p> <p>カレーライス 豚肉・じゃが芋・にんじん・玉ねぎ・セロリ・りんご・しょうが・にんにく・グリーンピース・小麦粉・カレー粉・カレールフ</p> <p>小松菜とベーコンのサラダ ベーコン・小松菜・もやし・ごま</p>	<p>16日</p> <p>ゆであげミートソース フレンチポテト</p> <p>ゆであげミートソース 乾スライス・パセリ・オリーブ油・豚肉・大豆水煮・玉ねぎ・にんじん・マッシュルーム・にんにく・セロリ・小麦粉・カレー粉・トマト缶・トマトピューレ・デミグラスソース</p> <p>フレンチポテト じゃが芋・揚げ油</p>	<p>17日</p> <p>コーンピラフ チキンナゲット くだもの</p> <p>コーンピラフ 米・大豆・バター・ベーコン・玉ねぎ・にんじん・コーン・マッシュルーム・パセリ</p> <p>チキンナゲット チキンナゲット(鶏肉・粒状植物性たんぱく質・パン粉・でん粉・おから・クラッカー粉・コーンフレーク・米粉・小麦粉)・揚げ油</p> <p>くだもの 黄桃缶の予定</p>
<p>20日</p> <p>わふうそぼろごはん みそしる あげぎょうざ</p> <p>和風そぼろごはん 鶏肉・焼き豆腐・切干大根・ひじき・干しいたけ・ごま・しょうが・ごぼう・にんじん</p> <p>味噌汁 厚揚げ・小松菜</p> <p>揚げぎょうざ ぎょうざ(豚肉・キャベツ・玉ねぎ・にら・にんにく・しょうが・にんじん・しいたけ・大豆たんぱく・小麦粉)・揚げ油</p>	<p>21日</p> <p>よこわりパンズ むぎいりやさいスープ レバーいりハンバーグ フルーツミックス</p> <p>麦入り野菜スープ ベーコン・にんじん・玉ねぎ・キャベツ・セロリ・パセリ・大豆</p> <p>レバーいりハンバーグ レバー・豚肉・でんぷん)・揚げ油</p> <p>フルーツミックス(汁あり) みかん缶・パイナップル缶・りんご缶・黄桃缶・洋ナシ缶</p>	<p>22日</p> <p>ごはん マーボー豆腐 いわしのかばやき いそあえ</p> <p>マーボー豆腐 豆腐・豚肉・しょうが・にんにく・にんじん・長ねぎ・干しいたけ・片栗粉</p> <p>いわしのかばやき いわし・小麦粉・片栗粉・しょうが・ごま・揚げ油</p> <p>磯和え 小松菜・もやし・のり</p>	<p>23日</p> <p>きつねうどん きなこポテト くだもの</p> <p>きつねうどん 油揚げ・つと・干しいたけ・長ねぎ・たまき茸・ほうれん草</p> <p>きなこポテト じゃが芋・きなこ・揚げ油</p> <p>くだもの りんご缶の予定(加熱加工シロップ漬けになっているりんごです)</p> 	<p>24日</p> <p>たきこみいなり ぶりカツ からしあえ</p> <p>たきこみいなり 米・大豆・油揚げ・にんじん・干しいたけ・ひじき・ごま・のり</p> <p>ぶりカツ 北海道産ぶりカツ(ぶり・小麦粉・イースト・パン粉・ショートニング・植物油・でん粉・バター・ミックス・ライ麦)・揚げ油</p> <p>からし和え ハム・小松菜・キャベツ</p>
<p>27日</p> <p>ごはん すきやき あげポークシューマイ おかかふりかけ</p> <p>すき焼き 豚肉・焼き豆腐・しらたき・玉ねぎ・白菜・長ねぎ・たまき茸・焼き麩・春菊・干しいたけ</p> <p>揚げポークシューマイ ポークシューマイ(豚肉・牛肉・玉ねぎ・でん粉・大豆たんぱく・小麦粉)・揚げ油</p> <p>おかかふりかけ しらす干し・糸かつお・のり・青のり・ごま</p>	<p>28日</p> <p>コッペパン ポーククリームシチュー ほうれん草とコーンのサラダ くだもの</p> <p>ポーククリームシチュー 豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・にんじん・パセリ・小麦粉・バター・牛乳・豆乳・チーズ・スキムミルク</p> <p>ほうれん草とコーンのサラダ ほうれん草・コーン・ごま</p> <p>くだもの 黄桃缶の予定</p>	<p>29日</p> <p>昭和の日</p> 	<p>30日</p> <p>しょうゆラーメン だいがくいも くだもの</p> <p>醤油ラーメン 豚肉・メンマ・しょうが・にんにく・つと・もやし・玉ねぎ・にんじん・長ねぎ・ほうれん草・茗わかめ</p> <p>大学芋 さつまいも・揚げ油・水あめ・ごま</p> <p>くだもの 甘夏かんの予定</p> 	<p>給食調理校の円山小学校では、今年度も民間の専門業者の札幌集団給食事業組合から派遣された調理員8名が盤溪小学校の給食と合わせて1100人以上分の給食を作ります。盤溪小学校では、2名の配膳員が配膳業務を行います。</p>