

10月給食だより

令和8年(2026年)10月2日

札幌市立藤野中学校



予定献立

牛乳200mlは、毎日つきます。

月	火	水	木	金
5 南区産チンゲン菜 豚すき井 みそ汁 うの花コロッケ 	6 北海道を食べよう! 札幌黄の玉ねぎ かき揚げうどん さつまいもグラッセ みかん 	7 南区産小松菜 小松菜ピラフ 高野豆腐のフライ パイン缶 	8 南区産小松菜 ごはん 豆腐の中華煮(えび入り) ほっけカレー揚げ しょうが和え 	9 ロールパン ベーコンシチュー ブロッコリーとコーン のサラダ 黄桃缶
白飯、豚肉、しらたき、玉ねぎ、たけのこ、たもぎ茸、ほうれん草/チンゲン菜、わかめ、油揚げ/じゃがいも、ごぼう、人参、玉ねぎ、おから、ひじき、片栗粉、パン粉、大豆たんぱく	ソフト麺、玉ねぎ、人参、あさり、切干大根、小麦粉、卵、鶏肉、つと、ほうれん草、長ねぎ、干し椎茸、たもぎ茸/さつまいも、バター、牛乳/みかん	胚芽米、大麦、バター、ベーコン、人参、玉ねぎ、にんにく、コーン、小松菜/高野豆腐、小麦粉、ごま、卵、パン粉/パイン缶	白飯/豆腐、豚肉、えび、人参、玉ねぎ、たけのこ、たもぎ茸、干し椎茸、きくらげ、しょうが、にんにく、片栗粉/ほっけ、小麦粉、片栗粉/小松菜、もやし、しょうが	ロールパン/ベーコン、じゃがいも、玉ねぎ、人参、パセリ、小麦粉、バター、牛乳、豆乳、チーズ、スキムミルク/ハム、ブロッコリー、コーン、ごま/黄桃缶
12 スポーツの日	13 味噌ラーメン 小松菜ケーキ りんご 	14 2-1ランチルーム給食 鶏ごぼうごはん さばスパイス揚げ 磯和え  南区産小松菜	15 2-2ランチルーム給食 味噌かつ井 けんちん汁 柿 	16 2-3ランチルーム給食 コロッケチーズバーガー 横割りバンズ カレーコロッケ スライスチーズ かぼちゃのポタージュ 人参とコーンのサラダ 横割りバンズ/じゃがいも、豚肉、玉ねぎ、牛乳、小麦粉、パン粉/スライスチーズ/ベーコン、かぼちゃ、玉ねぎ、セロリ、パセリ、小麦粉、バター、牛乳、豆乳、スキムミルク、チーズ/ハム、人参、きゅうり、コーン
19 1-1ランチルーム給食 ごはん  コーンクリームスープ ハンバーグ 照り焼きソース味 大根サラダ 白飯/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/牛肉、玉ねぎ、豚肉、パン粉、卵、牛乳/大根、まぐろ水煮、きゅうり、人参、ごま	20 札教研(給食無し) 	21 1-2ランチルーム給食 ビビンバ 星のコロッケ フルーツミックス 胚芽米、大麦、豚挽肉、豆腐、メンマ、長ねぎ、しょうが、にんにく、人参、ほうれん草、もやし、ごま/じゃがいも、玉ねぎ、鶏肉、豚肉、パン粉、小麦粉、コーンフラワー、片栗粉/缶詰(みかん・パイン・黄桃・梨・夏みかん)	22 イエスグリーンキャベツ使用日 ごはん  スープカレー ハムキャベツサラダ 白飯/鶏肉、にんにく、じゃがいも、かぼちゃ、さやいんげん、しめじ、玉ねぎ、セロリ、りんご、しょうが、にんにく、トマト缶/ハム、コーン、キャベツ	23 1-3ランチルーム給食 きなこ揚げパン 麦入り野菜スープ バンバンジーサラダ ソフトフランス、きなこ/ベーコン、人参、玉ねぎ、キャベツ、セロリ、パセリ、大麦/鶏肉、緑豆春雨、もやし、きゅうり、長ねぎ、しょうが、ごま

26	27	28	29	30
ごはん  スンドゥブチゲ ししゃものから揚げ ナムル	きつねうどん あべかわだんご 柿	五目ごはん きのこ汁 北海道産ぶりカツ	ごはん さつま汁 さんまの煮付け ごま和え	黒コッペパン チキングラタン オニオンチップサラダ パイン缶 
白飯/豆腐、豚肉、しょうが、にんにく、あさり、人参、玉ねぎ、えのき茸、にら/カラフトししゃも(子持ち)、小麦粉、片栗粉/ハム、小松菜、もやし、人参、ごま 	ソフト麺、油揚げ、鶏肉、つと、干し椎茸、長ねぎ、たまご茸、小松菜/白玉もち、きなこ/柿 	胚芽米、大麦、鶏肉、油揚げ、しらたき、人参、ごぼう、たけのこ、ひじき、干し椎茸、グリンピース/しめじ、えのき茸、なめこ、人参、大根、ごぼう、長ねぎ、油揚げ/ぶり、パン粉、小麦粉、でん粉(とうもろこし・じゃがいも・さつまいも)、ライ麦粉、コーンフラワー	白飯/豚肉、さつまいも、豆腐、こんにゃく、人参、大根、ごぼう、長ねぎ、しょうが/さんま、しょうが/ほうれん草、もやし、すりごま 	黒コッペパン/鶏肉、玉ねぎ、マカロニ、マッシュルーム、人参、小麦粉、バター、牛乳、豆乳、スキムミルク、チーズ、パン粉、粉チーズ、パセリ/ハム、キャベツ、きゅうり、コーン、玉ねぎ、片栗粉、ごま/パイン缶

☆野菜や果物は、入荷状況により変更になる場合があります。

☆「わかめ」や「しらす干し」などの海産物には、えび・かに・いか等の魚介類が混入している場合があります。

☆使用材料は、調味料等は記載しておりません。詳しい原材料を知りたい方は、藤野中学校栄養教諭まで御連絡ください。

☆アレルギーのあるお子様は、該当する食材が含まれていないかどうか、御家庭で毎日必ず御確認ください。



10月22日(木)は 「イエスクリーンキャベツ」 が登場します!

右下のマークの付いた農産物を御存じでしょうか?これは、自然環境への負荷を軽減するために、農薬や化学肥料をできるだけ減らして育てた、安心安全な農作物に付けられるマークです。

学校給食では、イエスクリーン農産物を積極的に使用していますが、10月22日は、JA 北海道様の御厚意により無償提供いただいた、伊達産「北ひかりキャベツ」をサラダにします。安心安全でおいしいキャベツを味わって食べましょう!

当日は、イエスクリーン農産物についてのプリントを配付し、給食時間に動画放送を行います。



10月10日(土)に学校給食展が開催されます。

ぜひ足をお運びください!

懐かしの給食パンや麺の実物展示、

毎年大好評のレシピ配布などもありますよ♪

第47回 学校給食展

きゅうしよくで学ぼう!
食べる楽しさ 大切さ

令和8年
とき
10月10日(土)
11:00~18:00

ところ
札幌駅前通地下歩行空間
(チ・カ・ホ)
憩いの空間 北1条東
(7番出入口と9番出入口の間)

内容

- 写真・パネル展示
- 食器の移り変わり
- 給食の実物展示
- 給食についてのVTR放映
- もぐべるクイズ
- 給食レシピ配布
- 札幌市学校給食会共催によるパネル展示・パンフレットなどの配布
- 札幌市農産物振興協議会によるパネル展示

主催/札幌市学校給食栄養士会 <https://www.s-eiyau.com> 共催/公益財団法人 札幌市学校給食会
 後援/札幌市教育委員会・札幌市小学校長会・札幌市中学校長会・札幌市PTA協議会・公益財団法人 北海道学校給食会・札幌市農産物振興協議会