



給食だより

10月

令和7年（2025年）9月30日

札幌市立山鼻中学校・札幌市立伏見中学校

収穫の秋を迎えました。北海道の秋はおいしいものがたくさん！秋の恵みをたくさん使用した給食の実施を予定しています。「旬の札幌産野菜を食べよう」をテーマに、今月は、札幌産の玉ねぎを積極的に使用していきます。サラダやポタージュをはじめ、様々な料理に登場します。

旬の札幌産野菜を食べよう ～玉ねぎ～



玉ねぎは、今から 150 年前に札幌村（現在の東区）で初めて作られました。当時栽培されていた「札幌黄」というあまくてやわらかい玉ねぎは有名ですね。

今でも、主に東区や北区で様々な品種の札幌産玉ねぎが作られています。「さつおう」「さらら」「スーパー北もみじ」など、みなさんも聞いたことがあるのではないのでしょうか？

札幌の地で作られた作物を生産者や大地の力に感謝して給食でおいしくいただきましょう。



フードリサイクル作物



札幌市学校給食展のお知らせ

「給食で学ぼう！食べる楽しさ 大切さ！」をテーマに札幌市学校給食栄養士会の主催で、今年も学校給食展が開催されます。ぜひお買い物の途中にでも、お立ち寄りいただけたらと思います



今月は、玉ねぎの他にフードリサイクルで作られたブロッコリーも使用します。石狩の畑で作られました。



日時：令和7年10月11日（土）（11：00～18：00）

場所：札幌駅前通地下歩行空間（チ・カ・ホ）憩いの空間 北1条東
（出入口7番と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

●給食レシピの配布

●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

●札幌市農業振興協議会によるパネル展示



10月予定献立



10月1日～3日分は9月の給食だよりに掲載しています

月	火	水	木	金
6 フードリサイクル レーズンパン 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 ベーコン ジャがいも 玉葱 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	7 豚すき丼 みそ汁 白身魚フライ 豚肉 白滝 玉葱 たけのこ たもぎ草 ほうれん草 ジャがいも わかめ みそ たら 小麦粉 卵 パン粉	8 パスタミートソース オニオンチップスサラダ ブルーベリーゼリー 豚肉 大豆 玉葱 人参 マッシュルーム セロリ にんにく 生姜 パセリ 小麦粉 ケチャップ トマトピューレ ハム キャベツ きゅうり コーン 玉葱 片栗粉 ごま ブルーベリーゼリー	9 栗ごはん さわらのオートミール フライ 磯和え 米 大麦 栗 油揚げ 人参 しめじ 椎茸 さわら 小麦粉 卵 オートミール パン粉 小松菜 もやし のり	10 ごはん 豆腐の中華煮 ほっけのみそ焼き のりの佃煮 豆腐 えび 人参 玉葱 たけのこ たもぎ草 椎茸 きくらげ 生姜 にんにく ごま油 片栗粉 ほっけ 生姜 みそ ごま のり ひじき 水飴
13 スポーツの日 	14 ごはん コーンクリームスープ ハンバーグおろしソース 柿 コーン ベーコン 玉葱 人参 パセリ 小麦粉 バター 牛乳 豆乳 スキムミルク チーズ ハンバーグ 大根 生姜 片栗粉 柿	15 肉うどん さつまいもグラッセ みかん 豚肉 油揚げ つと 人参 小松菜 長葱 椎茸 たもぎ草 さつまいも バター 牛乳 みかん	16 伏見給食なし とਿめし きのこ汁 北海道産ぶいかつ 米 大麦 鶏肉 生姜 玉葱 しめじ えのき なめこ 人参 大根 ごぼう 長葱 油揚げ みそ ぶりカツ	17 かき揚げ丼 みそ汁 りんご えび あさり 桜えび 玉葱 人参 ごぼう 春菊 ひじき 小麦粉 卵 片栗粉 キャベツ 油揚げ みそ りんご
20 横割りパン オニオンポタージュ カレーコロッケ スライスチーズ アップルゼリー ベーコン ジャがいも 玉葱 パセリ 小麦粉 バター 牛乳 豆乳 スキムミルク チーズ ポテトコロッケ（カレー味） ケチャップ スライスチーズ りんごジュース 寒天	21 札教研 	22 みそラーメン アメリカンドッグ りんご 豚肉 玉葱 人参 生姜 にんにく ごま みそ ごま油 もやし メンマ ほうれん草 長葱 茎わかめ ポークウインナー 小麦粉 卵 牛乳 りんご	23 小松菜ピラフ 高野豆腐フライ 柿 米 大麦 バター ベーコン 人参 玉葱 にんにく コーン 小松菜 高野豆腐 小麦粉 ごま 卵 パン粉 柿	24 スープカレー あさりのサラダ 鶏肉 にんにく ジャがいも 南瓜 いんげん しめじ 玉葱 セロリ りんご 生姜 トマト水煮 あさり 生姜 きゅうり キャベツ 人参 ごま油 ごま
27 揚げパン 麦入り野菜スープ 中華サラダ ソフトフランス きな粉 ベーコン 人参 玉葱 キャベツ セロリ パセリ 大麦 ハム 春雨 きゅうり もやし 人参 ごま ごま油	28 ごはん さつまい さんまの煮つけ ごま和え 豚肉 さつまいも 豆腐 こんにゃく 人参 大根 ごぼう 長葱 生姜 みそ さんま 生姜 ほうれん草 白菜 ごま	29 きつねうどん 青のりポテト パイン缶 油揚げ 鶏肉 つと 椎茸 長葱 たもぎ草 ほうれん草 ジャがいも 青のり パイン缶	30 鶏ごぼうごはん さけフライ からし和え 米 大麦 鶏肉 豆腐 生姜 みそ ごぼう 人参 油揚げ ごま さけフライ ちくわ 小松菜 もやし	31 ごはん スンドゥブチゲ ししゃものから揚げ ナムル 豆腐 豚肉 生姜 にんにく みそ ごま油 あさり 人参 玉葱 えのき にら ししゃも 小麦粉 片栗粉 ハム ほうれん草 もやし 人参 生姜 にんにく ごま ごま油

野菜や果物は価格や天候による市場への入荷状況により予告なく変更になることがあります。また、小魚や海藻などの海産物には小さなエビやカニなどが混入していることがあります。ご了承ください。