

11月 給食だより



令和6年10月30日

札幌市立西陵中学校

札幌市立寒寒中学校

朝晩寒くなってきました。体が寒さに対応する力を発揮するためには、栄養をバランス良くとることが大切です。たんぱく質やミネラル、ビタミンや糖質をとることで、風邪などにかかりにくくなります。朝もしっかり食事をして、1日をスタートさせましょう。



地産地消と学校給食



海に囲まれた広大な北海道には、水産物・農畜産物などの食材が豊富にあります。

地産地消は、「地域で生産された農林水産物を地域で消費すること」です。食料自給率が向上する、新鮮で安全な食材が手に入る、環境に優しいなど、良いことがたくさんあります。

学校給食は、食材の産地を確認し、市内、道内、国内と、地場に近い場所で生産、製造されている食材を選択しています。

ご家庭でも「地産地消」を話題にしてみてもいかがでしょうか。

<p>学校給食に地場産物を活用すると</p>	<p>地域の自然、食文化、産業への理解が深まる</p>
<p>食料の生産、流通に関わる人びとの努力を身近に感じることができる</p>	<p>生産者や生産過程を理解し、感謝の気持ちを抱くことができる</p>
<p>「顔が見え、話ができる」生産者から、新鮮で安全な食材を購入できる</p>	<p>流通にかかる燃料や経費の節減、包装の簡素化等、環境保護に貢献できる</p>
<p>生産者が学校教育を理解し、協力関係を築くことができる</p>	<p>世界の食料事情や日本の食料自給率に関して理解を深められる</p>

よていにんだて



*牛乳は、毎日つきます

月	火	水	木	金
<p>4</p> <p>文化の日の振替休日</p>	<p>5</p> <p>ごぼうピラフ レバー入りメンチカツ 切り干し大根のサラダ</p>	<p>6</p> <p>ロールパン ポトフ コーンフライ 柿</p>	<p>7</p> <p>キーマカレー 小松菜とコーンの サラダ</p>	<p>8</p> <p>みそうどん（愛知） 青のりポテト 黄桃缶</p>
<p>11</p> <p>焼豚チャーハン かぼちゃコロッケ フルーツミックス</p>	<p>12</p> <p>ごはん きのこ汁 さんまの煮付け りんご</p>	<p>13</p> <p>背割コッペ 焼きフランク（チリソース） コーンシチュー 柿</p>	<p>14</p> <p>かき揚げ丼（えび入り） みそ汁 みかん</p>	<p>15</p> <p>パスタボンゴレ スパイシーポテト</p>
<p>18</p> <p>とりめし 十勝大豆コロッケ おひたし</p>	<p>19</p> <p>和風そぼろごはん みそ汁 りんご</p>	<p>20</p> <p>豆パン ポテトグラタン もやしのごまサラダ パイン缶詰</p>	<p>21</p> <p>ごはん すき焼き 揚げいわしハンバーグ ミニトマト</p>	<p>22</p> <p>芦別ガタタンラーメン シナモンポテト みかん</p>
<p>25</p> <p>きのこごはん ごまザンギ 磯和え</p>	<p>26</p> <p>ごはん つみれ汁 ひじき入りぎょうざ おかかふりかけ</p>	<p>27</p> <p>黒コッペパン あさりのチャウダー オニオンチップサラダ パイン缶詰</p>	<p>28</p> <p>ごはん 豆腐の中華煮（えび入り） かれい唐揚げ（照り焼きソース） ナムル</p>	<p>29</p> <p>きつねうどん チーズポテト 温州みかんゼリー</p>

◎14日（木）の「かき揚げ丼」「みそ汁」、27日（水）の「オニオンチップサラダ」に使用する玉ねぎは札幌産（オホーツク222）です。

