

給食だより 10月

2025 年 10 月
平和小学校・福井野小学校

秋も深まり、朝夕の肌寒さを感じるようになりました。ここ数年、温暖化の影響が大きくなり食材の調達が難しくなってきていますが、給食ではできる限り地産地消を考え、地元の食材を取り入れていきたいと考えております。今月は食品ロス削減月間です。温暖化と食品ロスは密接に関係しています。私たちにできることは何か考えてみましょう。

考えよう！食品ロス

10 月は食品ロス削減月間です

食品ロスとは、まだ食べられるのに捨てられている食品のことです。

日本の食料自給率は、令和 5 年度で 38%（カロリーベース）で、食べ物を海外から大量に輸入しています。その一方で、食べ物を大量に捨ててしまっています。日本の食品ロスの量は、年間約 470 万トン（令和 4 年度）発生しているようです。とてももったいないですね。食品ロスを減らすためにはどうすればよいのでしょうか？

身近なところから始める食品ロス対策

給食は配りきるようにしましょう



食べる時間をしっかりと、
苦手なものも食べてみましょう！

家にある食材をチェックしましょう



必要な分だけ購入し、家にあるものを食べ
きる工夫をしましょう。期限表示（※）
を正しく理解しましょう。

- （※） 消費期限…安全に食べられる期限。期限を過ぎた場合は食べない方がよい。
賞味期限…おいしく食べられることができる期限。期限をすぎてもすぐに
食べられなくなるわけではない。

食品ロスによって、廃棄処分のためにゴミ収集車や焼却場からは CO₂ が排出されてしまいます。一人ひとりが食べきることが、温暖化の抑制につながります！

来年の夏は涼しく
なりますように…



第46回学校給食展のお知らせ

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

●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 よていこんだて



月		火		水		木		金	
6		7		8		9		10	
角食 オニオンポタージュ 十勝大豆コロッケ ミニトマト ブルーベリージャム		ご飯 カレー肉じゃが サバの香味揚げ いそ和え		パスタミートソース あさりのカリッとサラダ		とりめし ちくわ チーズつめフライ ごま和え		ご飯 豆腐の中華煮 揚げポーク シュウマイ ナムル	
角食, ベーコン, じゃがいも, 玉ねぎ, にんじん, パセリ, バター, 牛乳, 豆乳, チーズ, スキムミルク/大豆・玉ねぎ・じゃがいも/ミニトマト/ブルーベリー果汁		白飯/豚肉, じゃがいも, 玉ねぎ, にんじん, 白滝, さやいんげん, 椎茸, たもぎたけ, 生姜/さば, 生姜, にんにく/こまつな, はくさい, 切りのり		ソフトパスタ, 豚肉, 大豆水煮, 玉ねぎ, にんじん, マッシュルーム, セリ, にんにく, 生姜, パセリ, トマト缶/あさり, 生姜, キャベツ, きゅうり, 人参, ごま		胚芽米, 大麦, 鶏肉, 生姜, 玉ねぎ/白ちくわ, チーズ, 卵/こまつな, もやし, ごま		白飯/豆腐, 豚肉, むきえび, にんじん, 玉ねぎ, たけのこ, たもぎたけ, 椎茸, 黒きくらげ, 生姜, にんにく/玉ねぎ, 豚肉・牛肉/こまつな, もやし, にんじん, ごま	
								西区産小松菜の日	
13	スポーツの日	14		15		16		17	
 元気に体を動かして スポーツを楽しみましょう		ご飯 マーボー豆腐 ししゃもの から揚げ おひたし 白飯/豆腐, 豚肉, 生姜, にんにく, にんじん, 長ねぎ, 椎茸/カラフトししゃも(子持ち)/もやし, はくさい, 糸かつお		味噌バター コーンラーメン きなこポテト パイン缶 ソフトラーメン, 豚肉, にんにく, ごま, みそ, 生姜, もやし, 玉ねぎ, メンマ, にんじん, ほうれん草, 長ねぎ, パター, コーン/じゃがいも, きな粉/パイン缶		エスカロップ ブロッコリーと コーンのサラダ 胚芽米, 大麦, パセリ, たけのこ, バター, 豚肉, 小麦粉, 卵, 玉ねぎ, にんじん, 生姜, にんにく/ブロッコリー, コーン, ごま		ご飯 きのこ汁 さんまの煮つけ みかん 白飯/ぶなしめじ, えのきたけ, なめこ, にんじん, だいこん, ごぼう, 長ねぎ, 油揚げ/さんま, 生姜/みかん	
20	平和小 こだま学級 給食なし	21	両校早出し	22		23		24	
背割コッペパン 塩ワタンスープ お好み揚げ チョコクリーム		豚すき丼 味噌汁 みかん 白飯, 豚肉, 白滝, 玉ねぎ, たけのこ, たもぎたけ, ほうれん草/じゃがいも, 長ねぎ, わかめ/みかん		五目うどん いももち(ごまだれ) 黄桃缶 ソフトめん, 鶏肉, 油揚げ, つと, にんじん, ほうれん草, ごぼう, 長ねぎ, 椎茸, たもぎたけ/じゃがいも, ごま/黄桃缶		深川めし 味噌汁 高野豆腐のフライ 胚芽米, 大麦, あさり, 小松菜, 生姜/厚揚げ・小松菜・もやし/凍り豆腐・卵・生姜		ハヤシライス 大根サラダ 白飯, 豚肉, 玉ねぎ, にんじん, じゃがいも, セリ, 生姜, にんにく, マッシュルーム, グリンピース, トマト缶/だいこん, まぐろ水煮, きゅうり, にんじん, ごま	
						西区産小松菜の日			
27	福井野小 給食なし	28		29		30		31	
横割パンズ 小松菜のクリーム煮 ハンバーグ キャロットゼリー		ご飯 三平汁 ザンギ みかん 白飯/鮭ダイス, 豆腐, じゃがいも, にんじん, だいこん, こんにゃく, 長ねぎ/鶏肉, 生姜, にんにく, 卵/みかん		カレーラーメン 青のりポテト パイン缶 ソフトラーメン, 豚肉, 生姜, にんにく, メンマ, もやし, はくさい, にんじん, 玉ねぎ, ほうれん草, 長ねぎ, りんご/じゃがいも, 青のり/パイン缶		チキンウイナーライス ほっけの オートミールフライ 柿 胚芽米, 大麦, パター, トマト缶, カットチキンウイナー, 玉ねぎ, にんじん, マッシュルーム, グリンピース/ほっけ, 卵/柿		玉ねぎのかき揚げ丼 味噌汁 梨 白飯, むきえび, あさり, さくらえび素干し, 玉ねぎ, にんじん, ごぼう, しゅんぎく, 卵/もやし・油揚げ/梨	
横割パンズ/ベーコン, こまつな, マカロニ, にんじん, 玉ねぎ, マッシュルーム, 小麦粉, バター, チーズ, 牛乳, 豆乳, スキムミルク/豚肉・牛肉・玉ねぎ/にんじん・オレンジジュース									

- ・牛乳は毎回 200mL つきます。
- ・海産物全体に小さなえび・かに・貝類が混入している可能性がありますのでご了承ください。
- ・果物や野菜などは天候の影響が大きく、市場の状況により変更になることがあります。その際は、すぐー等でお知らせいたします。