

11月給食だより

令和7年（2025年）10月31日発行

札幌市立東白石小学校

札幌市立南白石小学校

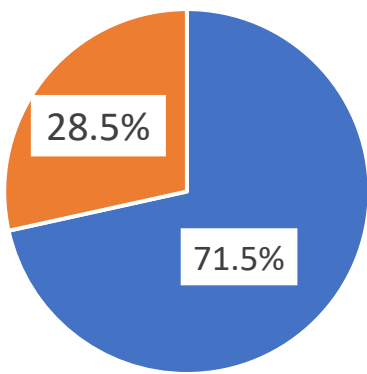


リザーブ給食がありました



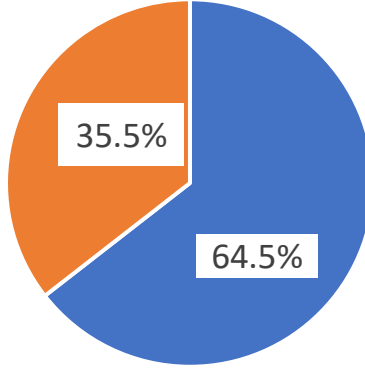
10月28日にリザーブ給食がありました。今回は、「北海道でとれる豆」について知ってもらうため、道産大豆を使用した「大豆コロッケ」、道産白花豆を使用した「白花豆コロッケ」のどちらかを選んでもらいました。両校とも大豆コロッケを選んだ人が60～70%と多く、人気でした。

東白石小



■ 大豆コロッケ ■ 白花豆コロッケ

南白石小



■ 大豆コロッケ ■ 白花豆コロッケ

学年別に見ると、
高学年では白花豆
コロッケを選んで
いる人の割合が高
かったです。



当日は、自分が選んだコロッケをおいしそうに食べていました。リザーブ給食を通して、北海道の豆に興味をもったり、自分で選んで食べる楽しみを感じたりしてもらえたら嬉しいです。

※ 東白石小の6年生は行事のため10月に実施できなかったため、11月13日に実施します。



旬の魚の提供について

秋は、鮭やさんまなどが旬を迎えます。旬の魚を食べることで、「食」からも季節を楽しんでもらえたらと思います。ただ、「魚は骨があるから心配」というお子さんもいますので、給食では、小さく割ってから食べる、よく噛んで食べるなど、安全に食べられるように呼びかけています。

<旬の魚 使用日>

11月19日 さんまの煮つけ

11月21日 石狩鍋（鮭使用）

※さんまの煮つけは、骨までやわらかく煮ています。



11月の注目メニュー

●11月20日 富士柿

愛媛県八幡浜地区のみで栽培されているブランド柿です。形が富士山に似ているので、「富士柿」という名前になったそうです。



●11月25日 芽室コーンチャーハン

芽室町で収穫されるあまくておいしいコーンを使ったご当地メニューです。チャーハンの上には、バターとしょうゆで味をつけたコーンがたっぷりのっています。



11月のよていにन्दて

- * 牛乳（200ml・パック1個）は毎日つきます。
- * 果物は天候などの理由により、変更になる場合があります。
- * 使用する主な食材を載せています。

月 3日	火 4日	水 5日	木 6日	金 7日
文化の日				
	ツナライス レバーいりメンチカツ ごまあえ 胚芽米 大麦 豆腐 まぐろ水煮 人参 ごぼう しいたけ グリン ピース/牛肉 玉ねぎ 豚肉 豚 肉 大豆たん白/小松菜 もやし すりごま/	みそかつどん すましじる （とうふ・わかめ） おひたし 精白米 豚肉 卵 ごま/豆腐 わかめ 干しいたけ 長ねぎ かつおぶし ムロアジ 昆布/小松菜 白菜 かつおぶし/	くろコッペパン かぼちゃシチュー あつあげサラダ りんご 黒コッペパン/ベーコン かぼちゃ 玉ねぎ バ セリ バター 牛乳 豆乳 スキムミルク チーズ 鶏がらスープ/厚揚げ しょうが キャベツ きゅうり 人参 ごま/りんご/	ごはん とうふと えびのチリソースに ひじきいりぎょうざ たたききゅうり 精白米/豆腐 えび 人参 長ねぎ 干 しいたけ グリンピース しょうが にんに く 鶏がらスープ/豚肉 キャベツ ひじき 鶏肉 長ねぎ しょうが しいたけ ホタテ エキス カキエキス/きゅうり ごま/
10日	11日	12日	13日	14日
			東白石小6年生のみ リザーブ給食	
ごもくうどん ごまポテト パイン（かんづめ）	ごぼうピラフ ほっけフライ おうとう（かんづめ）	ごはん みそおでん いわしスパイスあげ のりのつくだに	コッペパン コーンポタージュ しろはなまめコロッケ （リザーブ：とかちだいすこ ロッケ） もやしのごまサラダ	にくいためどん みそしる （キャベツ・あぶらあげ） かき
ソトめん 鶏肉 油揚げ つと 人参 ほうれん草 ごぼう 長ね ぎ 干しいたけ たもぎたけ ムロアジ 昆布/じゃがいも ごま/ パイン/	胚芽米 大麦 バター ベーコン ご ぼう 玉ねぎ 人参 にんにく コン バセリ/ほっけ パン粉/黄桃/ 	精白米/ちくわ がんもどき うずら卵 こ んにやく 人参 大根 ふき 昆布 ムロアジ シイタけ しょうが にんにく/のり ひ じき 水あめ/	コッペパン/コーン ベーコン じゃがいも 人 参 玉ねぎ バセリ バター 牛乳 豆乳 ス キムミルク チーズ 鶏がらスープ/白花豆 じゃがいも バター パン粉/（じゃがいも 大豆 玉ねぎ パン粉/）/ほうれんそう もやし コン 人参 ごま/	精白米 豚肉 ママ 人参 もやし ほ うれん草 玉ねぎ りんご しょうが にん にく ごま/キャベツ 油揚げ ムロアジ 昆 布/柿/
17日	18日	19日	20日	21日
学習発表会 振替休業日		どさんこフードマスター 「さんま」	富士柿提供日	
	ひじきごはん みそしる （こうやとうふ・わかめ） ほっかいどうブリカツ	ごはん みそきのこじる さんまのにつけ みかん	ツイストパン ポテトグラタン ほうれんそうと コーンのサラダ ふじがき	ごはん いしかりなべ ひじきはるまき おひたし（ごま）
	胚芽米 大麦 鶏肉 ひじき 油 揚げ 白滝 人参 グリンピース/高 野豆腐 わかめ 長ねぎ ムロアジ 昆布/ぶり パン粉/	精白米/しめじ えのき なめこ 人参 大根 ごぼう 長ねぎ 油揚げ ムロアジ 昆布/さんま しょうが/みかん/	ツイストパン/ベーコン 玉ねぎ じゃがいも 人参 マッシュルーム バター チーズ スキムミ ルク 牛乳 豆乳 鶏がらスープ パン粉 バセ リ/ほうれん草 コン ごま/柿/	精白米/鮭 豆腐 キャベツ 人参 玉ね ぎ つきこんにやく しめじ 長ねぎ ムロ アジ かつおぶし 昆布/たけのこ 人参 豚肉 ひじき/ほうれん草 白菜 ごま/
24日	25日	26日	27日	28日
勤労感謝の日 振替休日	どさんこフードマスター 「芽室コーンチャーハン」			
	めむろコーンチャーハン かぼちゃコロッケ ヨーグルトあえ	ごはん とうふの オイスターソースに ししゃものからあげ いそあえ	かくしよく ポトフ しろみざかなフライ きなこクリーム	チキンカレー やさいのしょうゆづけ
	胚芽米 大麦 豚肉 しょうが にんにく 長ねぎ 人参 玉ねぎ コン バター 枝豆/かぼちゃ じゃ がいも 玉ねぎ スキムミルク パン粉/ 佐詰（みかん、パイン、桃、梨、夏 みかん） ヨーグルト/	精白米/豆腐 豚肉 ビーマン 玉ねぎ 人参 長ねぎ しょうが にんにく オイ スターソース/かつおししゃも（子持ち）/ほうれ ん草 白菜 のり/	角食/チキンウインナー ベーコン キャベツ じゃ がいも 人参 大根 さやいんげん 鶏 がらスープ/たら 卵 パン粉/豆乳 きな 粉 コーンスターチ バター/	精白米 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人 参 セロリ りんご しょうが にんにく グリ ンピース 鶏がらスープ/大根 人参 きゅう り/