

6月 給食だより

令和8年5月29日 札幌市立東山小学校

札幌市立豊平小学校

6月は食育月間

学校における食育 ~食に関する指導~

学校における食育は、教育活動全体を通して、食に関わる資質・能力を育むことを目指しています。この「資質・能力」は、教科などの学習と同じように「知識・技能」「思考力・判断力・表現力等」「学びに向かう力・人間性等」という3つの要素で考えられています。

食育で育てたい食べる力



6月～7月にランチルーム給食を行います。ランチルーム給食は、教室とは違う環境で楽しく食事をすると同時に、感謝の心や協力して社会性を養う態度、食の知識を深める機会とします。

昨年のランチルーム給食の様子

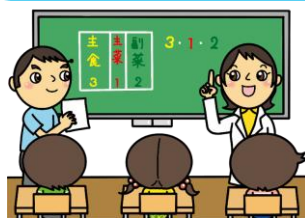


学校生活における様々な場面で進めます。

給食の時間で



授業の中で



個別的な相談指導で



6月に札幌産野菜を使用します

北海道に初夏が訪れ、いよいよ札幌でとれた野菜を使用します。野菜と使用メニューを紹介します。

きよたやさい
ポーラスター
ほうれん草



ポーラスターほうれん草
キャラクター ポーラちゃん

フードリサイクル
レタス



25日(木)
タコライス

フードリサイクル
野菜として初登場
チンゲンサイ



23日(火)
チンゲンサイの
スープ

17日(水)
ほうれん草のクリーム煮
22日(月)
ほうれんそうピラフ

いずれも無料で参加できます。応募者多数の場合抽選となります。

夏休みにも食育!

①子ども給食教室
主催 北海道学校給食会
(対象小5・小6)

日時 令和8年7月28日(火)
申し込み締め切り6月18日
詳しくは北海道学校給食会
ホームページをご覧ください

②親子青果物産地
見学・収穫体験会
(対象小4～小6)

主催 札幌市学校給食会
日時 令和8年8月8日(土)
申し込み締め切り7月24日
栄養教諭までお問い合わせください

6月のよていにごんだて (6月1日から7月3日)

- *牛乳は毎日つきます。*パンには卵、乳、小麦が使われています。(ソフトフランスパンのみ卵、乳不使用です。) ソフトめん(うどん)、ソフトラーメン、ソフトパスタ、スパゲティには小麦が使われています。(めんは卵、乳不使用です。)
- *小魚や海藻、あさりなど海産物全般に小さなかに・えびが混入している場合があります。調理の前に注意して取り除いていますが、給食に混入することがあります。
- *調味料類、だし類は食材表から除いています。
- *冷凍加工品の詳しい食材表は別にお渡しできます。食材表について希望される方は学校にご相談いただきますようお願いいたします。

月 1日	火 2日	水 3日	木 4日	金 5日
<p>振替休業日</p> 	<p>ごはん スンドゥブチゲ ひじきいりぎょうざ ナムル</p> <p><small>白飯/豆腐 豚肉 しょうが にんにく トウバンジャン サラダ油 みそ ごま油 あさり にんじん たまねぎ えのきたけにら 煮干し/ひじき入りぎょうざ 揚げ油/ほうれんそうもやしにんじん ごま油 白ごま/</small></p>	<p>くろコッペパン あさりのチャウダー コールスローサラダ りんごかん</p> <p><small>黒コッペパン/あさり ベーコン じゃがいも たまねぎ にんじん パセリ 小麦粉 バター サラダ油 牛乳 豆乳 スキムミルク チーズ /キャベツにんじん ホールコーン サラダ油 上白糖 /りんごシロップ 漬け</small></p>	<p>ごはん けんちんじる あげいわしハンバーグ のりのつくだに</p> <p><small>白飯/鶏肉 豆腐 つきこんにやく にんじん だいこん ごぼう 長ねぎ サラダ油 みそ/いわしハンバーグ 揚げ油/もみのり ひじき 水あめ/</small></p>	<p>しおラーメン フレンチポテト バナナ</p> <p><small>ソフトラーメン 豚肉もも にんにく サラダ油 メンマ つともやしにんじん たまねぎ はくさい 長ねぎ ほうれんそう 塩わかめ 煮干し しょうが/フレンチポテト 揚げ油/バナナ</small></p>
<p>8日</p> <p>とりごぼうごはん みそしる かぼちゃチーズフライ</p> <p><small>(こまつな・たまねぎ・たまねぎ)</small></p>	<p>9日</p> <p>わふうそぼろごはん みそしる れいとうみかん</p>	<p>10日</p> <p>よこわりパンズ コーンポタージュ レバーいりハンバーグ ネットメロン</p> <p>東山小4年生なし</p>	<p>11日</p> <p>みそかつどん みそしる ミニトマト</p>	<p>12日</p> <p>パスタカレーソース サイコロサラダ</p>
<p>米 大麦 鶏ひき肉 焼き豆腐 しょうが ごぼう にんじん 油揚げ みそ サラダ油 白ごま/こまつな たまねぎ たまねぎ みそみそ /かぼちゃチーズフライ 揚げ油/</p>	<p>白飯 鶏ひき肉 焼き豆腐 切り干し大根 干しいたけ ひじき 白ごま しょうが サラダ油 ごぼう にんじん みそ /キャベツ 油揚げ みそ/冷凍みかん</p>	<p>横割パンズ/クリームコーン ホールコーン ベーコン じゃがいも たまねぎ にんじん パセリ 小麦粉 バター サラダ油 牛乳 豆乳 チーズ スキムミルク /レバー入りハンバーグ 揚げ油/メロン</p>	<p>白飯/だいこん にんじん ごぼう みそ/豚肉もも 小麦粉 全卵 パン粉 揚げ油/ミニトマト</p>	<p>ソフトパスタ 豚ひき肉 大豆水煮 たまねぎ にんじん マッシュルーム セロリー しょうが にんにく パセリ 小麦粉 サラダ油 カレー粉 カレールー ケチャップ デミグラスソース /ハム にんじん きゅうり ホールコーン ごま油/</p>
<p>15日</p> <p>コーンピラフ やさしいコロッケ ももかん</p>	<p>16日</p> <p>ごはん とうふのオスターソースに いわしのカリカリフライ ごまあえ</p>	<p>17日</p> <p>ツイストパン ほうれんそうのクリームに あつあげサラダ</p> <p>清田区産 ポラスター ほうれん草</p> 	<p>18日</p> <p>チキンカレーライス だいこんサラダ</p>	<p>19日</p> <p>ごもくうどん バターポテト パインかん</p> <p>豊平小なし</p>
<p>米 大麦 バター ベーコン たまねぎ にんじん ホールコーン マッシュルーム パセリ サラダ油 /ポテトコロッケ(野菜) 揚げ油/白桃缶詰</p>	<p>白飯/豆腐 豚肉もも ビーマン たまねぎ 長ねぎ にんじん しょうが にんにく サラダ油 オスターソース かたくり粉/いわしのカリカリフライ 揚げ油/こまつなもやし 白すりごま /</p>	<p>ツイストパン/ベーコン ほうれんそう マカロニ にんじん たまねぎ マッシュルーム 小麦粉 バター サラダ油 チーズ 牛乳 豆乳 スキムミルク /厚揚げ しょうが かたくり粉 小麦粉 揚げ油 キャベツ きゅうりにんじん ごま油 白ごま/</p>	<p>白飯 鶏肉 じゃがいも にんじん たまねぎ セロリー りんご しょうが にんにく グリンピース 小麦粉 サラダ油 カレー粉 カレールー ケチャップ /だいこん まぐろ・水煮 きゅうりにんじん 白ごま ごま油 /</p>	<p>ソフトめん 鶏肉 油揚げ つとにんじん ほうれんそう ごぼう 長ねぎ 干しいたけ たまねぎ /じゃがいも バター 上白糖 牛乳 スキムミルク /パイン缶詰</p>
<p>22日</p> <p>ほうれんそうピラフ とりにくのてりやき フルーツミックス</p> <p>清田区産 ポラスター ほうれん草</p> 	<p>23日</p> <p>カオ・ラートナー・ガイ (タイのあんかけごはん) チンゲンサイのスープ さくらんぼ</p> <p>フードリサイクル野菜 札幌産チンゲンサイ</p> 	<p>24日</p> <p>まめパン ポークシチュー こまつなとコーンのサラダ ようなしかん</p>	<p>25日</p> <p>タコライス ワカメスープ おきなわパインゼリー</p> <p>フードリサイクル野菜 札幌産レタス</p> 	<p>26日</p> <p>ひやむぎ ごまポテト</p>
<p>米 大麦 バター ベーコン にんじん たまねぎ にんにく ホールコーン サラダ油 ほうれんそう /鶏肉むね しょうが 小麦粉 揚げ油 かたくり粉 白ごま/みかん缶詰 パイン缶詰 黄桃缶詰 なし缶詰/</p>	<p>白飯 鶏肉 小麦粉 かたくり粉 揚げ油 たまねぎ ビーマン 赤ビーマン こねぎ サラダ油 ナンプラ オスターソース コーンスターチ /ベーコン チンゲンサイ 緑豆はるさめ ホールコーン /さくらんぼ</p>	<p>豆パン/豚肉もも にんにく セロリー じゃがいも にんじん たまねぎ さやいんげん 小麦粉 サラダ油 カレー粉 トマトピューレ ケチャップ トマト缶詰 デミグラスソース /こまつな ホールコーン 白ごま サラダ油/なし缶詰</p>	<p>白飯 豚ひき肉 大豆水煮 たまねぎ にんじん しょうが にんにく ホールコーン レタス サラダ油 小麦粉 カレー粉 トマト缶詰 ケチャップ チリパウダー/塩わかめ 豆腐 干しいたけ 長ねぎ 白ごま ごま油 /沖縄パインゼリー</p>	<p>ソフト冷麦 油揚げ 干しいたけ つと きゅうり 長ねぎ /じゃがいも 揚げ油 白すりごま /</p>
<p>29日</p> <p>いりこなめし みそしる メンチカツ</p> <p>豊平小なし</p>	<p>30日</p> <p>かきあげどん(えびいり) みそしる しょうがあえ</p> <p>東山小6年生なし</p>	<p>1日</p> <p>かくしよく ワンタンスープしょうゆ しろみさかなのハーフフライ きなこクリーム</p> <p>豊平小4年生なし 東山小6年生なし</p>	<p>2日</p> <p>ごはん マーボーとうふ ししゃものからあげ おひたし</p> <p>豊平小5年生なし 東山小6年生なし</p>	<p>3日</p> <p>ひやしラーメン とかちだいずコロッケ れいとうパイン</p> <p>東山小2年生なし</p>
<p>米 大麦 しらす干し 白ごま こまつな /豆腐 なめこ 長ねぎ みそ/メンチカツ 揚げ油/</p>	<p>白飯 むきえび あさり さくらえび たまねぎ にんじん ごぼう しゅんぎく ひじき 切り干し大根 小麦粉 全卵 揚げ油 かたくり粉 /豆腐 塩わかめ 長ねぎ みそ/こまつな はくさい しょうが /</p>	<p>角食/ワンタン皮 豚肉 ほうれんそう もやし メンマ 長ねぎ しょうが にんにく サラダ油 /真だら切り身 にんにく パセリ バジル 小麦粉 全卵 パン粉 チーズ 揚げ油/豆乳 きな粉 コーンスターチ バター/</p>	<p>白飯/豆腐 豚ひき肉 しょうが にんにく サラダ油 にんじん 長ねぎ 干しいたけ みそ ごま油 トウバンジャン かたくり粉/カラフトししゃも(子持ち) 小麦粉 かたくり粉 揚げ油 /ほうれんそう はくさい 系かつお/</p>	<p>ソフトラーメン ハム もやし きゅうり ホールコーン にんじん ごま油 白ごま まむき /十勝大豆コロッケ 揚げ油/カットパイン</p>