

今月の食育ピクトグラムは・・・

8 食べ残しをなくそう



エスディーズ もくひょう じぞく かのう しゃかい
SDGsの目標である持続可能な社会を
たっせい かんきょう はいりょ のうりんすいさんぶつ
達成するため、環境に配慮した農林水産物
しよくひん こうにゆう しよくひん さくげん すず
や食品を購入したり、食品ロスの削減を進め

たりしましょう。

月	火	水	木	金
5日	6日	7日	8日	9日
★●コッペパン ★ぎゅうにゅう ★こまつなクリームに チキンナゲット かき	ごはん ★ぎゅうにゅう スンドゥブチゲ さばのたたげ たたききゅうり	ごもくうどん ★ぎゅうにゅう ごまポテト わせみかん	北：遠足予備日× ★チキンウインナーライス ★ぎゅうにゅう ★●くわチーズつめあげ フルーツミックス (みかん・パイ・りんご・もも・なし)	札幌産 玉ねぎ 使用 ●◆たまねぎのかきあげどん ★ぎゅうにゅう みそしる(こまつな・たまねぎ) おうとうかん
コッペパン/牛乳/バター/コン,小松菜,パコ,にんじん,玉ねぎ,マヨネーズ,小麦粉,バター,サラダ油,チーズ,牛乳,豆腐,スライスした白ワイン,塩,白コショウ,鶏がらスープ/鉄板チキンナゲット,油/かき/	白飯/牛乳/豆腐,豚肩肉,酒,しょうが,にんにく,トウモロコシ,サラダ油,しょうゆ,塩,赤みそ,ごま油,あじ,にんじん,玉ねぎ,えのきたけ,にんじん,昆布,煮干し,しょうが,酒,しょうゆ,白いうりごま,小麦粉,かたくり粉,油,きゅうり,塩,醤油,きび砂糖,ごま油,白いうりごま/	ソフトめん,鶏もも肉,酒,油揚げ,つと,にんじん,ポークスター・ほうれんそう,ごぼう,長ねぎ,干ししいたけ,たまごだけ,醤油,きび砂糖,酒,本みりん,酢,唐辛子,むろあじ,昆布/牛乳/フルガツ油,白すりごま,きび砂糖,塩/生半かみかん/	胚芽精米,米粒麦,バター,トウモロコシ,白ワイン,塩,マヨネーズ,玉ねぎ,にんじん,マヨネーズ,サラダ油,チキナーライス,黒コショウ/牛乳/白ちくわ,チーズ,小麦粉,卵,油/伍(みかん,パイ,りんご,黄桃,洋ナシ,上白糖/	白飯,えび,酒,あじ,さくらえび,札幌産 玉ねぎ,にんじん,ごぼう,しゅんぎく,じき,小麦粉,卵,油,しょうゆ,きび砂糖,酒,みりん,かたくり粉,むろあじ,昆布/牛乳/厚揚げ,小松菜,たまごだけ,白みそ,赤みそ,むろあじ,昆布/黄桃缶/
12日	13日	14日	15日	16日
スポーツの日	ごはん ★ぎゅうにゅう さつまいも汁 さんまにつけ いそあえ(こまつな・もやし) ※北:5年×、試食会	ミートソースパスタ ★ぎゅうにゅう あつあげサラダ ※北:5年×	とりめし ★ぎゅうにゅう みそしる(とうふ・こまつな・えのき) ●ぶりのなんがあげ ※北:5年×	ごはん ★ぎゅうにゅう みそきのこ汁 ●とりてん のりのつくだに
白飯/牛乳/鶏もも肉,さつまいも,豆腐,こんにやく,にんじん,大根,ごぼう,長ねぎ,サラダ油,赤みそ,白みそ,むろあじ,宗田節,昆布/さんま,しょうが,酒,醤油,きび砂糖,みりん,酢/小松菜,もやし,もみり,醤油/	白飯/牛乳/鶏もも肉,さつまいも,豆腐,こんにやく,にんじん,大根,ごぼう,長ねぎ,サラダ油,赤みそ,白みそ,むろあじ,宗田節,昆布/さんま,しょうが,酒,醤油,きび砂糖,みりん,酢/小松菜,もやし,もみり,醤油/	ソフトめん,豚もも肉,大豆水煮,玉ねぎ,にんじん,マヨネーズ,ごぼう,にんじん,サラダ油,チキナーライス,黒コショウ/牛乳/厚揚げ,しょうが,醤油,酒,かたくり粉,小麦粉,油,きゅうり,にんじん,醤油,きび砂糖,酢,ごま油,白いうりごま/	胚芽精米,米粒麦,醤油,酒,塩,鶏がらスープ,鶏もも肉,鶏もも肉,しょうが,玉ねぎ,サラダ油,みりん,きび砂糖/牛乳/豆腐,小松菜,えのきたけ,白みそ,赤みそ,むろあじ,昆布/ぶり,しょうゆ,塩,黒コショウ,酒,小麦粉,卵,白いうりごま,油/	白飯/牛乳/しめじ,えのきたけ,なめこ,にんじん,大根,ごぼう,長ねぎ,油揚げ,サラダ油,赤みそ,白みそ,酒,むろあじ,昆布/鶏もも肉,酒,しょうゆ,しょうが,にんにく,塩,白コショウ,小麦粉,卵,かたくり粉,マヨネーズ,油/もみり,ひじき,醤油,酒,みりん,てんさい糖,かあめ/
19日	20日	21日	22日	23日
イエスクリーン 農作物	札幌産 玉ねぎ 使用	清田産ほうれん草使用	清田産ほうれん草使用	清田産 キャベツ 使用
★●ロールパン ★ぎゅうにゅう ★オニオンポタージュ いかフライ コールスローサラダ	カレーライス ★ぎゅうにゅう ブロッコリーとコーンの サラダ	★みそバターコンラーメン ★ぎゅうにゅう シナモンポテト パインかん	ちゅうかおこわ ★ぎゅうにゅう とかちだいでずコロッケ ごまあえ (ほうれんそう・もやし) ※平:4年×、北:3年×	あつあげいりにくいためどん ★ぎゅうにゅう みそしる (キャベツ・あぶらあげ) かき ※平:3・6年 ×
ロールパン/牛乳/バター/コン,じゃがいも,玉ねぎ,パセリ,小麦粉,バター,サラダ油,牛乳,豆腐,スライスした白ワイン,塩,白コショウ,鶏がらスープ/市 いかフライ,油/イエスクリーン キャベツ,にんじん,えのきたけ,酢,サラダ油,上白糖,塩,白コショウ,からし/	白飯,鶏もも肉,塩,黒コショウ,カレー粉,白ワイン,じゃがいも,にんじん,札幌産玉ねぎ,切り,りんご,しょうが,にんにく,マヨネーズ,サラダ油/小麦粉,カレー粉,クサヤス、中濃ソース、醤油,赤ワイン,オリーブオイル,鶏がらスープ/牛乳/ブロッコリー、オリーブオイル,白いうりごま,サラダ油,きび砂糖,酢,醤油/	ソフトめん,豚肩肉,玉ねぎ,にんじん,しょうが,にんにく,白すりごま,赤みそ,白みそ,しょうゆ,酒,みりん,ごま油,トウモロコシ,もやし,玉ねぎ,メンマ,にんじん,サラダ油,ポークスター・ほうれんそう,長ねぎ,バター,えのきたけ,鶏がら,豚骨,煮干し,玉ねぎ,にんじん/牛乳/さつまいも,油,からし糖,オリーブ/パイナップル/	胚芽精米,もち米,酒,塩,豚肩肉,しょうが,醤油,干ししいたけ,きくらげ,たけのこ,にんじん,黒,がリンゴ・スライス,きび砂糖,みりん,ごま油/牛乳/道十勝大豆コロッケ,油/ポークスター・ほうれんそう,もやし,白すりごま,醤油,きび砂糖/	白飯,豚肩肉,メンマ,にんじん,サラダ油,もやし,小松菜,厚揚げ,かたくり粉,油,醤油,みりん,玉ねぎ,りんご,クサヤス、きび砂糖,しょうが,にんにく,トウモロコシ,ごま油,白いうりごま/牛乳/札幌産玉ねぎ,油揚げ,白みそ,赤みそ,むろあじ,昆布/
26日	27日	28日	29日	30日
清田産ほうれん草使用	清田産しいたけ使用	清田産ほうれん草使用	清田産ほうれん草使用	北：5年生×
★●かくしよく ★ぎゅうにゅう しおワナンスープ ●◆おこのみあげ チョコクリーム	ごはん ★ぎゅうにゅう ◆とうふのちゅうかに(えび) あげポークシュウマイ おひたし(こまつな・はくさい)	カレーラーメン ★ぎゅうにゅう きなこポテト おうとうかん	★●エスカロップ ★ぎゅうにゅう ナムル	ぶたミックスどん ★ぎゅうにゅう みそしる(ごぼう・にんじん・だいこん) いわしのカリカリフライ
食卓/牛乳/ワナンスープ、豚肩肉、酒、にんじん、ポークスター・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、黒コショウ、鶏がら、豚骨、煮干し、玉ねぎ、にんじん、えび、イカ、コンニャク、切干大根、オリーブオイル、小麦粉、酒、きび砂糖、マヨネーズ、中濃ソース、赤ワイン、魚かつ、青のり/豆腐、牛乳、チョコソース、ココア、きび砂糖、コンスタート	白飯/牛乳/豆腐,豚もも肉,酒,えび,にんじん,玉ねぎ,たけのこ,干ししいたけ,きくらげ,しょうが,にんにく,サラダ油,醤油,きび砂糖,塩,黒コショウ,ごま油,かたくり粉/市ポークフィッシュ/小松菜,白菜,糸かつお,醤油/	ソフトめん,豚肩肉,酒,しょうが,にんにく,サラダ油,メンマ,もやし,白飯,にんじん,玉ねぎ,ほうれんそう,長ねぎ,わかめ,小麦粉,サラダ油,カレー粉,カレー粉,しょうゆ,クサヤス、白みそ,塩,黒コショウ、トウモロコシ、鶏がら、豚骨、煮干し、昆布、玉ねぎ、にんじん、白粉/フルガツ油,ききな粉,きび砂糖,塩/黄桃缶/	胚芽精米,米粒麦,バター,塩,白ワイン,たけのこ,醤油,白こしょう,豚もも肉,黒コショウ,酒,小麦粉,卵,白粉,油,玉ねぎ,にんじん,しょうが,にんにく,マヨネーズ,マヨネーズ,中濃ソース、ミックス、きび砂糖、オリーブオイル、カレー粉、鶏がらスープ/牛乳、ポークスター・ほうれんそう、もやし、にんじん、醤油、酢、きび砂糖、唐辛子、ごま油、白いうりごま/	白飯,豚もも肉,酒,醤油,しょうが,かたくり粉,小麦粉,厚揚げ,油,玉ねぎ,たけのこ,にんじん,ごぼう,マヨネーズ,油,醤油,きび砂糖,酒,みりん,白いうりごま/牛乳/大根,にんじん,ごぼう,白みそ,赤みそ,むろあじ,昆布/道 いわしの別刷り/油/

○献立は、入荷状況により変更する場合がありますので、御了承ください。

○あさり・わかめ・しらすなどの海産物には、小さなえびやかにが混入していることがあります。

◆献立表には主な使用食材を掲載しております。調味料等は省略しておりますので、より詳しい内容が知りたい方は学校まで御連絡ください。

◆年度途中でもよろしいので、御家庭などでアレルギーの症状は出た際には、学校にも御相談ください。

10月 給食だより



家庭数配付

令和8年10月2日
札幌市立平岡小学校
札幌市立北野台小学校

日増しに秋も深まり、過ごしやすい季節となりましたね。秋といえば「**実りの秋**」と言われるように、**おいしい旬の食べ物**がたくさん出回る季節です。また「**食欲の秋**」でもあるので、食べすぎには気を付けながら秋の味覚を楽しみましょう。

10月は「食品ロス削減月間」です！

食品ロスってなに？

「食品ロス」とは、**本来食べられるのに捨ててしまう食品**のことをいいます。食べ物を捨てることはもったいないことで、環境に悪い影響を与えてしまいます。

日本ではどれくらいの食品ロスが発生している？

「食品ロス」の量は、**年間461万t**もあります（令和6年度推計値）。日本人の**一人当たり**の食品ロス量は1年で約37kgで、毎日**おにぎり約1個分くらいの量**を捨てていることになります。
※農林水産省 HP参照

給食時間中では、**盛り残しをゼロ**にしよう、**苦手でも一口は食べてみよう**など声掛けも行っています。

北海道独自の取組「イエス! クリーン」



北海道安心ラベル **clean** マークがつけられています。

Yes! clean (イエスクリーン)は、平成3年から**北海道**で始まった「**クリーン農業**」の取組です。健康な土づくりを大切にしながら、**化学肥料・化学合成農薬**の使用をできるだけ**減らし**、厳しい基準をクリアした農作物に「**Yes!**

「クリーン農業」のいいところ

- 温暖化ガスの**排出量を減**らせる
- 害虫を**食べてくれる生き物が増**える
- 環境に配慮しながら、これからも**続けられる農業につながる**

※北海道クリーン農業推進協議会 HP 参照

10月19日(月) コールスローサラダに登場!

Yes! clean 作物を使います!

今回は、**Yes! clean** 作物のPRのため、**キャベツ**を無償で提供していただきます。環境にやさしい農業で育ったキャベツです!

◆第47回 学校給食展のご案内◆

テーマ:「きゅうしょくで学ぼう! 食べる楽しさ 大切さ」

日時: 令和8年10月10日(土) 11:00~18:00

場所: 札幌駅前通 地下歩行空間 憩いの空間 北1条東

内容: ○写真・パネル展示 ○食器の移り変わり

○給食の実物展示 ○リーフレット・レシピ配付 など

