

令和7年10月31日  
札幌市立平岡中央小学校



# 「北野のカレー」大成功！



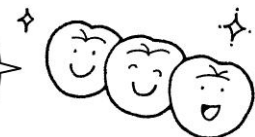
10月9日は、北野小学校で育てた野菜を、給食のカレーに使用しました。当日の献立は、北野小学校の6年生が考えました。平岡中央小学校の6年生が考えた献立は3学期に登場予定です。

## 2025年北野のカレーメニュー

- 秋の味覚！かぼちゃとりんごのカレー
- ポースターとコーンのサラダ
- レモンゼリー
- 牛乳



11月8日は「いい歯の日」です♪ 健康な歯を目指そう



## くらべてみよう 動物の歯・ヒトの歯

|                                                                                                                                              |                                                                                     |                                                                                                                                |                                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>トラ</p>  <p>鋭く大きなきばで獲物をとらえて、とがった歯で肉を引きちぎります。</p>        |  | <p>ウマ</p>  <p>かたい草を、広く平らなきゅう歯ですりつぶします。</p> |  |
| <p>ヒト</p>  <p>犬歯もきゅう歯もあるので肉や魚、野菜、穀類などのいろいろなものが食べられます。</p> |  | <p>トラなどの肉食動物には鋭くとがった歯が、ウマなどの草食動物には大きなきゅう歯があります。そして肉も野菜も食べるヒトの歯はどちらの機能も備えています。このように食べるものによって歯の形はかわるのです。</p>                     |                                                                                       |



# 11月 よていこんだて

| 月                                                                                                                                                                            | 火                                                                                                                                                       | 水                                                                                                                                                           | 木                                                                                                                                                                                            | 金                                                                                                                                                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                         | きよた野菜                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                 |
| <b>3</b><br><b>文化の日</b><br>                                                                 | <b>4</b><br><b>きつねうどん</b><br><b>チーズポテト</b><br><b>パイン缶</b><br><small>油揚げ・醤油・砂糖・つと・椎茸・ねぎ・たもぎ茸・ほうれん草・醤油・砂糖・酒・昆布・削り節／じゃが芋・砂糖・バター・チーズ・スミルック・塩／パイン缶</small>   | <b>5</b> <b>3年生校外学習</b><br><b>ツナライス</b><br><b>メンチカツ</b><br><b>ごま和え</b><br><small>米・大麦・豆腐・まぐろ・人参・ごぼう・椎茸・グリビース・醤油・砂糖・酒・みりん風調味料／小松菜・もやし・ごま・砂糖・醤油</small>       | <b>6</b> <b>ごはん</b><br><b>豆腐のオイスターソース煮</b><br><b>ししゃものからあげ</b><br><b>磯和え</b><br><small>豆腐・豚肉・ピーマン・玉ねぎ・人参・生姜・にんにく・オイスターソース・片栗粉／カラフトししゃも・小麦粉・片栗粉・醤油・砂糖／ほうれん草・白菜・のり・醤油</small>                  | <b>7</b> <b>コッペパン</b><br><b>キャベツスープ</b><br><b>白花豆コロッケ</b><br><b>もやしのごまサラダ</b><br><small>ベーコン・キャベツ・人参・玉ねぎ・醤油・鶏ガラ／白花豆コロッケ（既製品）／ほうれん草・もやし・コーン・人参・醤油・砂糖・酢・味噌・豆板醤</small>                            |
| <b>10</b><br><b>ごはん</b><br><b>味噌おでん</b><br><b>いわしスパイス揚げ</b><br><b>のりの佃煮</b><br><small>ちくわ・うずらの卵・人参・大根・ふき・味噌・砂糖・醤油・削り節・昆布／いわし・生姜・にんにく・酒・片栗粉・小麦粉・カレー粉・リバダー／のり・ひじき・醤油・酒</small> | <b>11</b><br><b>パスタシーフード</b><br><b>トマトソース</b><br><b>青のりポテト</b><br><small>ベーコン・えび・いか・あさり・玉ねぎ・人参・マッシュルーム・小麦粉・カレー粉・トマト缶・ソース・鶏ガラ／フレンチポテト（既製品）・塩・青のり</small> | <b>12</b> <b>きよた野菜</b><br><b>ごぼうピラフ</b><br><b>ほっけフライ</b><br><b>パイン缶</b><br><small>米・大麦・バター・ベーコン・ごぼう・玉ねぎ・人参・にんにく・コーン／ほっけ・酒・塩・小麦粉・卵・パン粉／パイン缶（既製品）</small>     | <b>13</b><br><b>ごはん</b><br><b>石狩鍋</b><br><b>ザンギ</b><br><b>おひたし（ごま）</b><br><small>鮭・豆腐・キャベツ・人参・玉ねぎ・こんにゃく・しめじ・ねぎ・味噌・山椒・削り節／鶏肉・醤油・酒・生姜・にんにく・卵・片栗粉／ほうれん草・白菜・ごま・醤油</small>                        | <b>14</b> <b>ツイストパン</b><br><b>きよた野菜</b><br><b>ポテトグラタン</b><br><b>ほうれん草とコーンのサラダ</b><br><b>柿</b><br><small>ベーコン・玉ねぎ・じゃが芋・人参・マッシュルーム・小麦粉・バター・チーズ・スミルック・牛乳・豆乳・鶏ガラ・パン粉／ほうれん草・コーン・ごま・砂糖・酢・醤油／柿</small> |
| <b>17</b><br><b>振替休業日</b><br>                                                             | <b>18</b><br><b>塩ラーメン</b><br><b>大学芋</b><br><b>柿</b><br><small>豚肉・生姜・にんにく・醤油・メンマ・つと・もやし・人参・玉ねぎ・白菜・ねぎ・ほうれん草・わかめ・豚骨・煮干し・昆布／さつま芋・水あめ・砂糖・ごま／柿</small>        | <b>19</b><br><b>ひじきごはん</b><br><b>味噌汁</b><br><b>サケフライ</b><br><small>米・大麦・鶏肉・豆腐・こんにゃく・人参・大根・削り節・昆布・醤油／釧路産たらフライ（既製品）／あさり・生姜・醤油・砂糖・のり・ひじき</small>               | <b>20</b><br><b>ごはん</b><br><b>きのこ汁</b><br><b>さんまの煮付け</b><br><b>柿</b><br><small>しめじ・えのき茸・なめこ・人参・大根・ごぼう・ねぎ・油揚げ・味噌・削り節・昆布／さんま・生姜・酒・醤油・砂糖・みりん風調味料／柿</small>                                      | <b>21</b><br><b>黒コッペパン</b><br><b>かぼちゃシチュー</b><br><b>厚揚げサラダ</b><br><b>みかん</b><br><small>ベーコン・かぼちゃ・玉ねぎ・小麦粉・バター・牛乳・豆乳・チーズ・鶏ガラ／厚揚げ・片栗粉・小麦粉・キャベツ・きゅうり・人参・醤油・砂糖・ごま／みかん</small>                        |
| <b>24</b><br><b>振替休日</b><br>                                                              | <b>25</b><br><b>カレーうどん</b><br><b>ごまポテト</b><br><b>みかん</b><br><small>鶏肉・油揚げ・人参・玉ねぎ・たけのこ・ごぼう・椎茸・ほうれん草・たもぎ茸・小麦粉・カレーパウダー・醤油／フレンチポテト（既製品）・ごま・砂糖／みかん</small>   | <b>26</b><br><b>焼豚チャーハン</b><br><b>南瓜コロッケ</b><br><b>ヨーグルト和え</b><br><small>米・大麦・豚肉・ねぎ・人参・玉ねぎ・コーン・椎茸・グリビース・醤油／南瓜コロッケ（既製品）／みかん缶・パイン缶・黄桃缶・梨缶・夏みかん缶・ヨーグルト</small> | <b>27</b> <b>ごはん</b><br><b>豆腐のえびのチリ</b><br><b>ソース煮</b><br><b>ひじき入りぎょうざ</b><br><b>たたききゅうり</b><br><small>豆腐・えび・片栗粉・小麦粉・人参・ねぎ・椎茸・グリビース・ケチャップ・ソース・鶏ガラ／ひじき入りぎょうざ（既製品）／きゅうり・塩・醤油・砂糖・ごま油・ごま</small> | <b>28</b> <b>かなで学級校外学習</b><br><b>角食</b><br><b>ポトフ</b><br><b>白身魚フライ</b><br><b>きなこクリーム</b><br><small>特選インナー・ベーコン・キャベツ・じゃが芋・人参・大根・さやいんげん・鶏ガラ／真だら・酒・小麦粉・卵・パン粉／豆乳・きな粉・砂糖・コンスターチ・塩・バター</small>        |

- ★牛乳は、毎日200mL 付きます。
- ★果物は、市場の入荷状況等で変更になることがあります。
- ★献立の下欄には、食物アレルギーを多く引き起こし、表示義務のある食材（えび、かに、卵、乳、小麦、くるみ）を中心に記載しています。すべての食材は記載されていません。
- ★しらすやわかめなどの海産物全般について、まれに小さなかに・えびなどが混入している場合があります。また、ししゃもの体内にえびが混入している場合もありますので、アレルギーがあり、心配な方はご相談ください。