

令和8年10月2日
札幌市立平岡中央小学校



「北野のカレー」をいただきます！



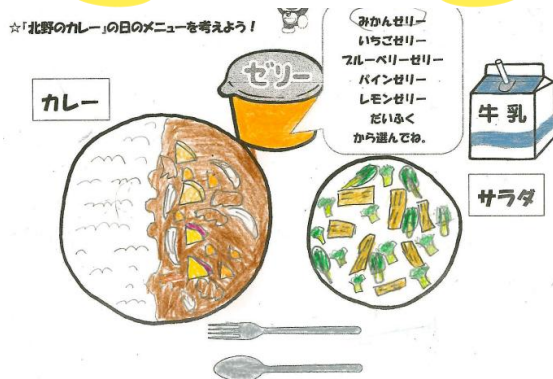
秋は収穫の季節ですね。今年も北野小学校の畑の野菜が元気に育ちました。10月6日（火）の給食では、この野菜を使用し、特別なカレーを作ります。平岡中央小学校のみなさんにも喜んでもらえたら嬉しいです。

北野のカレー献立

北野小学校の6年生が家庭科の授業で学んだ知識を生かしながら、考えました。

今年度選ばれた献立を紹介します。

- ☆さつまいもバターカレー
- ☆ごぼうチップスのパリパリサラダ
- ☆みかんゼリー



平岡中央小学校の6年生が考えた献立は2月に登場予定です。



実りの秋！きよた野菜&YES！clean野菜

きよた野菜も元気に育っています。10月の給食では今年度最後の「ポールスターほうれんそう」が登場します。秋に収穫するほうれんそうは、ほかの時期のほうれんそうと比べて、ビタミンCなどの栄養素が豊富に含まれています。

また、23日の味噌汁には「YES!clean 野菜」のキャベツを使用します。「YES!clean」マークとは、北海道で育てられた、環境に優しい安全・安心な野菜に付けられるマークです。

学校給食展が開催されます！！

10月10日（土）に札幌駅前通地下歩行空間のイベントスペースで「学校給食展」が開催されます。時間は11時から18時までです。写真パネル展示のほか、給食の実物展示やレシピ紹介もあります。もしよろしければ、御家族そろって御来場ください。



10月 よていこんだて

月	火	水	木	金
5 コッペパン 小松菜のクリーム煮 チキンナゲット 柿	6 北野のカレー さつまいもバター カレー ごぼうチップの パリパリサラダ  みかんゼリー	7 パスタミートソース 厚揚げサラダ	8 エスカロップ ほうれんそうと コーンのサラダ 	9 ごはん スンドゥブチゲ さばの竜田揚げ たたききゅうり
ベーコン・小松菜・マカロ ニ・人参・玉ねぎ・マッシュ ム・小麦粉・バター・チー ズ・牛乳・豆乳・スキムド・ 鶏ガラ／鉄腕チキンナゲ ット（既製品）／柿	豚肉・ワイン・さつま芋・ 人参・玉ねぎ・セロリ・リ んご・生姜・にんにく・カ レールウ・ケチャップ・鶏 ガラ／ハム・ほうれん草・ ブロccoli・砂糖・醤油 ／みかんゼリー（既製品）	豚肉・ワイン・さつま芋・ じゃが芋・人参・玉ねぎ・ セロリ・りんご・生姜・に んにく・ソース・ケチャッ プ・鶏ガラ／厚揚げ・片栗 粉・小麦粉・キャベツ・人 参・きゅうり・醤油	米・麦・バター・たけのこ・ バター・豚肉・小麦粉・卵・ パン粉・玉ねぎ・人参・生 姜・にんにく・ケチャッ プ・デミグラスソース・鶏 ガラ／ほうれん草・コー ン・ごま・酢・醤油	豆腐・豚肉・生姜・にんに く・豆板醤・醤油・味噌・ あさり・人参・玉ねぎ・え のき・にら・鶏ガラ／さ ば・ごま・小麦粉・片栗粉 ／きゅうり・塩・醤油・砂 糖・ごま
12  スポーツの日	13 天つゆがかかっています。 玉ねぎのかき揚げ丼 味噌汁 黄桃缶	14 3年生校外学習 味噌バターコーン ラーメン きなこポテト パイン缶	15 中華おこわ 十勝大豆コロッケ ごま和え 	16 ごはん 味噌汁 とり天 のりの佃煮
19 食パン ワンタンスープ塩味 お好み揚げ（えび入り） チョコクリーム	20 豚ミックス丼 味噌汁 パイン缶	21 五目うどん フレンチポテト 柿	22 チキンライス ちくわチーズつめ 揚げ フルーツミックス	23 肉炒め丼 味噌汁 YES!clean 野菜（キャベツ）使用 黄桃缶
ワンタン・人参・ほうれん 草・もやし・ねぎ・鶏ガラ・ 豚骨・昆布／あさり・え び・いか・ベーコン・キャ ベツ・切干大根・小麦粉・ 卵／豆乳・チョコレート・ ココア・コーンスターチ	豚肉・生姜・片栗粉・小麦 粉・厚揚げ・玉ねぎ・たけ のこ・人参・ピーマン・醤 油・砂糖・みりん風調味 料・ごま／高野豆腐・わか め・ねぎ・味噌・削り節・ 昆布／パイン缶	鶏肉・油揚げ・つと・人参・ ほうれん草・ごぼう・ね ぎ・椎茸・たもぎ茸・醤油・ 砂糖・削り節・昆布／フレ ンチポテト（既製品）・塩・ こしょう／柿	米・麦・バター・トマト缶 ・鶏肉・玉ねぎ・人参・グ リンピース・ケチャップ／ ちくわ・チーズ・小麦粉・ 卵／みかん缶・パイン缶・ 黄桃缶・梨缶	豚肉・メンマ・人参・もや し・小松菜・醤油・玉ねぎ・ りんご・ソース・砂糖・生 姜・にんにく・豆板醤・片 栗粉／キャベツ・油揚げ・ 味噌・削り節・昆布／黄桃 缶
26 ツイストパン オニオンポタージュ いかフライ コールスローサラダ	27 ごはん 豆腐の中華煮 ポークシュウマイ おひたし	28 カレーラーメン 青のりポテト パイン缶	29 とりめし 味噌汁 ぶりの南部揚げ	30 ごはん さつま汁 さんまの煮つけ 磯和え
ベーコン・じゃが芋・玉ね ぎ・小麦粉・バター・牛乳・ 豆乳・スキムド・チーズ・鶏 ガラ／いかフライ（既製 品）／キャベツ・人参・コ ーン・酢・砂糖・塩・こし よう・からし	豆腐・豚肉・えび・人参・ 玉ねぎ・たけのこ・椎茸・ きくらげ・生姜・にんに く・醤油・砂糖・片栗粉／ ポークシュウマイ（既製 品）／ほうれん草・もや し・かつお節・醤油	豚肉・メンマ・もやし・白 菜・人参・玉ねぎ・ほうれ ん草・ねぎ・わかめ・小麦 粉・カレーウ・りんご・ 鶏ガラ・豚骨・煮干し／フ レンチポテト（既製品）・ 青のり・塩／パイン缶	米・麦・鶏ガラ・鶏肉・玉 ねぎ・醤油・砂糖／豆腐・ 小松菜・えのき茸・味噌・ 削り節・昆布／ぶり・醬 油・小麦粉・卵・ごま	鶏肉・さつま芋・豆腐・こ んにゃく・人参・大根・ご ぼう・ねぎ・味噌・削り節・ 昆布／さんま・生姜・醬 油・砂糖・酢／小松菜・も やし・のり・醤油



- ★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。