

給食だより

10月

令和6年10月4日
札幌市立北都中学校
札幌市立厚別北中学校

今月も採れたて新鮮野菜が給食に登場します！

ポーラスター（ほうれん草）

10月も清田区産のほうれん草「ポーラスター」を給食で使用します。

夏の暑さでほうれん草の収穫量が減少しても、清田区有明のハウスで栽培された新鮮で肉厚のおいしいほうれん草を給食用として確保していただいています。

10月11日（金）のほうれん草を使ったサラダをはじめ、和え物や汁物にもおいしいほうれん草ポーラスターが登場します。



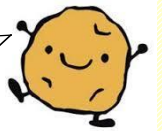
江別産じゃがいも

じゃがいもの美味しい季節です。

今年度も、お隣の江別市で収穫されたじゃがいもを給食で使用します。厚別区内の給食調理校限定のため、他校と使用日や使用量を調整しながら、来年の3月まで計画的に使用します。収穫したばかりのじゃがいものおいしさを味わってください！



10月29日（火）の青のりポテトで江別産のじゃがいもを使用します。



清田しいたけファームのしいたけが初登場！



清田区有明にある「清田しいたけファーム」では、菌床栽培で肉厚のおいしいしいたけを作っています。札幌市の学校給食では生しいたけを使う献立はありませんが、この工場で製造された干しいたけを、10月から厚別区内の小中学校の給食に提供していただけることになりました。新鮮な生しいたけをすぐに乾燥しているので風味も味も抜群です。（清田しいたけファームに行くと、生のおいしいしいたけを購入することもできます。）



学校給食展のお知らせ

今年も札幌駅前通地下歩行空間で、札幌市学校給食栄養士会主催の『学校給食展』が開催されます。給食ができるまでのDVD放映や給食実物展示、パネル展示などを行っています。またリーフレットや給食レシピの配布もありますので、お近くにお越しの際はぜひお立ち寄りください。

令和6年 **10月19日** 土
11:00～18:00

札幌駅前通地下歩行空間

（北1条イベントスペース東側7～9番出入口）



10月予定献立



月 7日	火 8日	水 9日	木 10日	金 11日
豚すき丼 味噌汁 (豆腐・わかめ) さつまいもの天ぷら 	たぬきうどん (えび入り) あべかわだんご プルーン  	深川めし チキンカツ ごま和え (小松菜・白菜)	キーマカレー フルーツミックス  清田区産 ほうれん草使用	ロールパン かぼちゃシチュー ほうれん草と コーンのサラダ 洋なし缶
白飯 豚肉 しらたき 玉ねぎ たけのこ たもぎだけ ほうれ んそう/豆腐 塩わかめ 長ね ぎ みそ /さつまいも 小麦粉 卵 油/	ソフトめん あさり さくらえ び素干し かたくちいわし煮 干し人参 春菊 ごぼう 切り 干し大根 ひじき 小麦粉 卵 油 鶏肉 つと 小松菜 長ねぎ たもぎだけ 干しいたけ /白 玉もち きな粉 /プルーン/	米 大麦 あさり しょうが 人参 ごぼう 油 赤みそ 葉だいこん/ 鶏肉 小麦粉 卵 パン粉 油 /小 松菜 白菜 白すりごま /	白飯 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 セロリー 生姜 にんにく 大 豆水煮 パセリ レーズン サ ラダ油 小麦粉 トマト 赤み そ /みかん缶詰 パイン缶詰 黄桃缶詰 なし缶詰 夏みかん 缶詰 上白糖/	ロールパン ベーコン 玉ねぎ かぼちゃ 人参 パセリ 小麦 粉 バター 油 牛乳 豆乳 チ ーズ スキムミルク /ハム ほうれんそう ホールコーン 白ごま 油 /なし缶/
14日	15日	16日	17日	18日
スポーツの日 	パスタミートソース (ブラウンルー) フレンチポテト ブルーベリーゼリー	鶏ごぼうごはん ししゃものから揚げ 小松菜サラダ 	ご飯 カレー肉じゃが ひじき入りぎょうざ のりの佃煮	背割コッペ コーンクリームスープ 焼フランク あさりの スパゲティサラダ
	ソフトパスタ 豚ひき肉 大豆 水煮 玉ねぎ 人参 セロリー しょうが にんにく 油 パセ リ 小麦粉 トマト みそ/じゃ がいも 油 /ブルーベリーゼ リー/	米 大麦 鶏肉 焼き豆腐 しょう が みそ ごぼう 人参 油揚げ 油 ごま/カラフトししゃも(子 持ち) 小麦粉 かたくり粉 油 /ハム はるさめ ひじき 小松菜 ごま油/	白飯 豚肉 清酒 じゃがいも 玉ねぎ 人参 しらたき さや いんげん 干しいたけ たもぎ だけ しょうが 油 /ひじき入 りぎょうざ 油 /もみのり ひ じき 水あめ/	背割コッペパン コーン ベ ーコン 玉ねぎ 人参 パセリ 小麦粉 バター 油 牛乳 豆乳 スキムミルク チーズ /ポ ークウインナー/あさり しょう が スパゲティ きゅうり 人参 油 みそ ごま油 白ごま/
21日	22日	23日	24日	25日
ご飯 厚揚げのカレーソース 揚げえびシュウマイ ナムル 	札教研 給食はありません。 	エスカロップ 大根サラダ	ピリカラチキン丼 味噌汁(油揚げ・ 小松菜・えのき) 柿 	横割バンズ ポテトスープ ハンバーグ スライスチーズ グレープゼリー 北都文化祭 
白飯 厚揚げ 豚ひき肉 人参 玉ねぎ さやいんげん しょう が にんにく 油 小麦粉 /え びシュウマイ 油 /ハム ほう れんそう もやし 人参 ごま 油 白ごま/		米 大麦 バター パセリ たけの こ 油 豚肉 小麦粉 卵 パン粉 油 玉ねぎ 人参 しょうが にん にく トマト /大根 まぐろ水煮 きゅうり 人参 ごま/	白飯 鶏肉 しょうが 厚揚げ 小麦粉 かたくり粉 油 人参 たけのこ 玉ねぎ ビーマン 油 にんにく /油揚げ 小松菜 えのきだけ みそ/柿	横割バンズ ベーコン じゃ がいも 人参 玉ねぎ パセリ /ハンバーグ 油 / チーズ / ぶどう 粉寒天/
28日	29日	30日	31日	11月1日
かき揚げ丼 (えび入り) 味噌汁(大根・油揚げ) 磯和え 	味噌バターコーン ラーメン 青のりポテト みかん  江別産じゃが いも使用	ビビンバ 南瓜クロック フルーツカクテル	ハヤシライス もやしのごまサラダ パイン缶 	開校記念日 
白飯 むきえび いか あさり さくらえび しらす 玉ねぎ 人参 ごぼう 春菊 ひじき 切 り干し大根 小麦粉 卵 油 かたくり粉 /大根 油揚げ み そ/ほうれんそう もやし 切 りのり/	ソフトラーメン 豚肉 玉ねぎ 人参 しょうが にんにく こ ま みそ ごま油 豚肉 もや し メンマ 油 ほうれんそう 長ねぎ バター コーン/じゃ がいも 油 青のり/みかん	米 大麦 豚肉 焼き豆腐 メンマ 長ねぎ しょうが にんにく 油 ごま油 人参 ほうれんそう も やし ごま /かぼちゃクロック 油 /みかん缶 ぱん缶 黄桃缶 なし缶 夏みかん缶 りんごジュ ース/	白飯 牛肉 玉ねぎ 人参 たけ のこ セロリー しょうが に んにく 小麦粉 油 トマト / ほうれんそう もやし 人参 みそ ごま/	

