

給食だより

11月

令和6年10月31日
札幌市立北都中学校
札幌市立厚別北中学校



秋も深まり、寒さが身にしみる季節になりました。
暖房などで空気が乾燥すると、いろいろな感染症の流行も心配です。しっかり
体調を整えて、本格的な冬に備えましょう。



南北に長い日本では、全国各地に地域ごと特徴のある料理があります。

その地域の気候や風土、文化にあった食材や調理方法で作られ、その地域で昔から受け継がれてきた料理のことを「郷土料理」といいます。

今年度は、「食べようニッポン!!」というテーマで、給食の中で日本各地の郷土料理やご当地メニューについて紹介しています。北海道にも各地にいろいろな郷土料理がありますね。

北海道にはどんな郷土料理があるでしょう？

○には食べ物の名前が入ります！

※答えは裏面下部にあります。



1 びばい 美唄の〇〇めし



2 あまなっとう せきはん 甘納豆の赤飯



3 おびひろ どん 帯広 (〇〇丼)



4 さんべいじる 三平汁



5 〇〇のしょうゆづけ



6 ジンギスカン



7 〇〇めし



8 〇〇のちゃんちゃん焼き



9 てっぽう汁



10 〇〇づけ

<農林水産省 郷土料理100選より>

日本は海や山など豊かな自然に恵まれ、多様で新鮮な旬の食材と、旨みに富んだ発酵食品、米飯を中心とした栄養バランスに優れた食事構成を持つ「和食」の文化があります。



2013年12月に「ユネスコ無形文化遺産」に登録された「和食」。

「和食」文化の大切さを再認識するきっかけの日となるようにという願いを込めて、11月24日を“いい日本食（和食）の日”として和食文化会議で認定されました。世界に誇るべき食文化である「和食」の保護、継承を大切にしていきたいですね。



いいにほんしょく
11月24日は
「和食の日」

11月予定献立

★今月も地産地消の取組で、「清田区産札幌白ごぼう」、「江別産じゃがいも」、「清田区産干し椎茸」を使用します。

月 4日	火 5日	水 6日	木 7日	金 8日
	きつねうどん チーズポテト 柿 	たきこみいなり ザンギ たたききゅうり	とりめし プリカツ ごま和え (小松菜・白菜)	きなこ揚げパン ワンタンスープ ほうれん草と ベーコンのサラダ
	ソフトめん 油揚げ 鶏肉 つと 干しいたけ 長ねぎ たもぎたけ ほうれん草 /じゃがいも バター チーズ 牛乳 スキムミルク/ 柿	米 大麦 油揚げ 人参 干しいたけ ひじき ごま 焼きのり/鶏肉 生姜 にんにく 卵 でん粉 油/きゅうり ごま油 ごま/	米 大麦 鶏肉 しょうが 玉ねぎ 油 /道産ぶりカツ なたね油 /小松菜 白菜 すりごま /	ソフトフランスパン きな粉 なたね油 / ワンタン皮 豚肉 人参 ほうれん草 もやし 玉ねぎ メンマ 長ねぎ 生姜 にんにく 油 /ベーコン ほうれん草 もやし 油 ごま/
11日	12日	13日	14日	15日
ご飯 すき焼き いわしハンバーグ おろしソース ミニトマト	パスタボンゴレ バジルポテト  江別産じゃがいも使用 温州みかんゼリー	清田区産札幌白ごぼう使用 ごぼうピラフ  メンチカツ 切り干し大根の サラダ	チキンカレー ヨーグルト和え 	横割バンズ 麦入り野菜スープ カレーコロッケ スライスチーズ りんご
白飯 豚肉肩 油 焼き豆腐 しらたき たまねぎ 白菜 長ねぎ たもぎたけ 焼きふ 春菊 干しいたけ /いわしハンバーグ なたね油 大根 生姜 でん粉/ミニトマト/	ソフトパスタ あさり 大豆 たまねぎ 人参 セロリー 生姜 にんにく 油 パセリ 小麦粉 トマト/じゃがいも なたね油 にんにく オリーブ油 / 国産温州みかんゼリー/	米 大麦 バター ベーコン 人参 たまねぎ ごぼう コーン にんにく パセリ 油 /メンチカツ なたね油 /切り干し大根 まぐろ 水煮 人参 もやし きゅうり ごま みそ ごま油 /	白飯 鶏肉 じゃがいも 人参 たまねぎ セロリー りんご 生姜 にんにく グリンピース 小麦粉 油 /みかん缶詰 パイン缶詰 黄桃缶詰 なし缶詰 ヨーグルト/	横割バンズ ベーコン 人参 たまねぎ キャベツ パセリ セロリー 大麦/ポテトコロッケ (カレー味) なたね油 /チーズ/りんご/
18日	19日	20日	21日	22日
ご飯 豆腐のトロトロ煮 ひじき春巻 ナムル	味噌ラーメン シナモンポテト パイン缶	焼豚チャーハン かぼちゃチーズフライ 中華サラダ	和風そぼろごはん  味噌汁 (じゃがいも/わかめ) 揚げぎょうざ	黒コッペパン ポトフ コーンフライ アップルゼリー
白飯 豆腐 鶏肉 小松菜 長ねぎ 人参 しょうが にんにく 油 でん粉/ひじき春巻 なたね油 /ハム ほうれん草 もやし 人参 ごま油 ごま/	ソフトラーメン 豚肉 たまねぎ 人参 しょうが にんにく ごまみそ ごま油 もやし メンマ 油 ほうれん草 長ねぎ きわかめ /さつまいも なたね油 / パイン缶/	米 大麦 油 豚肉 長ねぎ 生姜 にんにく 人参 たまねぎ コーン 干しいたけ グリンピース ごま油 /かぼちゃチーズフライ なたね油 /ハム 春雨 きゅうり もやし 人参 ごま油 ごま/	白飯 鶏肉 焼き豆腐 切り干し大根 干しいたけ ごま しょうが ごぼう 人参 油揚げ ひじき みそ 油/じゃがいも 塩わかめ 長ねぎ みそ /ひじき入りぎょうざ なたね油 /	黒コッペパン ポークウインナー ベーコン キャベツ じゃがいも 人参 さやいんげん 大根/コーンフライ なたね油 /りんご 粉寒天/
25日	26日	27日	28日	29日
キーマカレー 小松菜とコーンの サラダ 柿	ほうとう風うどん かぼちゃの天ぷら 白桃缶	チキンライス 白身魚のハーブ焼き フルーツカクテル	焼肉丼  江別産じゃがいも使用 味噌汁 (大根・油揚げ) みかん	背割コッペ  ポテトグラタン チリドック もやしのごまサラダ
白飯 豚肉 たまねぎ 人参 セロリー しょうが にんにく 大豆 パセリ レーズン 油 小麦粉 トマト みそ /ハム 小松菜 コーン ごま 油 /柿/	ソフトめん 鶏肉 油揚げ つと ごぼう 白菜 大根 人参 干しいたけ 長ねぎ みそ /かぼちゃ 小麦粉 卵 なたね油 /白桃缶/	米 大麦 バター トマト 鶏肉 たまねぎ 人参 グリンピース 油 /真だら にんにく パン粉 チーズ パセリ オリーブ油 /みかん缶詰 パイン缶詰 黄桃缶詰 なし缶詰 夏みかん缶詰 りんごジュース /	白飯 豚肉 小麦粉 油 たまねぎ でん粉 もやし 人参 ほうれん草 ごま油 しょうが にんにく ごま/大根 油揚げ みそ /みかん/	背割コッペ ベーコン 玉ねぎ じゃがいも 人参 小麦粉 バター 油 チーズ スキムミルク 牛乳 豆乳 パン粉 粉チーズ パセリ/ポークウインナー 玉ねぎ トマト/ほうれん草 もやし 人参 みそ ごま/

★北海道郷土料理の答え★



- ① 美唄のとりめし ② 帯広(ぶた丼) ③ イクラのしょうゆづけ
 ④ いかめし ⑤ サケのちゃんちゃん焼き ⑥ にしんづけ