

給食だより

11月

令和7年10月31日
藻岩中学校・石山中学校

北海道を まるごと食べよう！

11月25日（火）～28日（金）の4日間は給食週間になります。

「北海道をまるごと食べよう」をテーマとし、北海道の郷土料理や北海道を代表する食材を使った料理を組み合わせたスペシャルメニューを実施します。

献立の詳細は当日に配られる給食週間だよりをご覧ください。

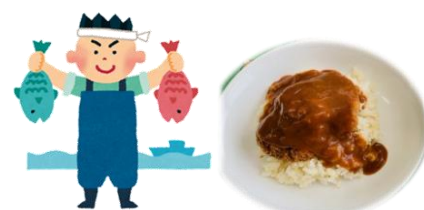
北海道の豊かな食材を、楽しく、おいしく味わって食べてほしいと思います。



25日（火）根室エスカロップ

エスカロップは、たけのこ入りのバターライスに豚肉のカツをのせ、デミグラスソースをかけた根室の名物料理です。

根室は漁業が盛んなまちであったことから、働く漁師さんが時間をかけずに食べることができて、ボリュームのあるメニューとして生まれました。

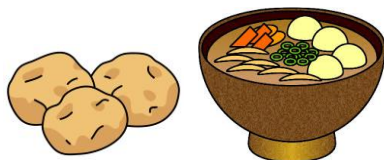


26日（水）いも団子汁・納豆

いもだんご汁は北海道の郷土料理です。北海道では昔からじゃがいも作りが盛んで、収穫量は日本一です。

ゆでたいもをつぶしてでんぷんと合わせて作るいも団子は、そのまま焼いたり、野菜と一緒に汁物に加えて食べられてきました。

北海道産すずまる大豆の納豆はごはん焼のりで、手巻きにいただきます。



27日（木）赤ビーツハリボルシチ

北海道産の赤ビーツを使って「ボルシチ」を作ります。

ビーツは濃い赤紫色をしたカブに似た形の栄養豊富な野菜で、北海道でも各地で栽培されています。煮込むことで甘味が増して美味しくなります。

赤ビーツやボルシチについて詳しく知ることができるテレビ放送を予定しています。



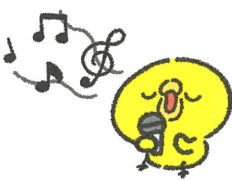
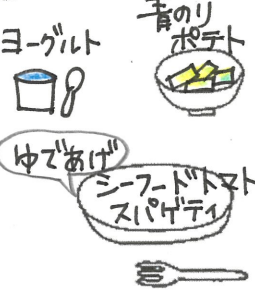
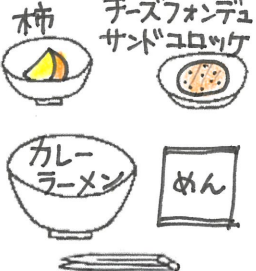
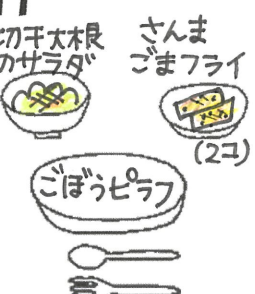
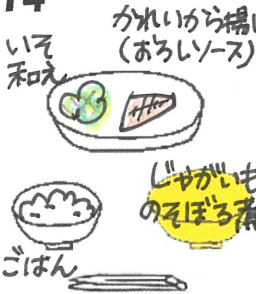
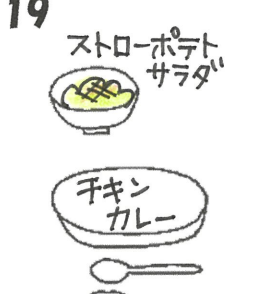
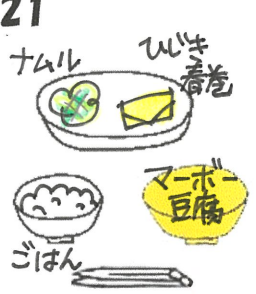
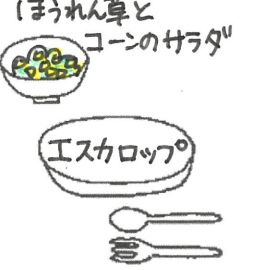
28日（金）ジンギスカン丼

羊の牧場が、大正時代に滝川と札幌の月寒にできたことから、北海道にジンギスカンが根づいていきました。

もともとは羊毛をとるために羊が飼育されていましたが、やがて食用として広まり、肉を美味しく食べるために、たれが工夫されました。



11月 こんだてカレンダー

月	火	水	木	金
3 文化の日 	4 フルーツミックス 揚げぎょうざ (2コ) ビビンバ 	5 ヨーグルト 青のりポテト ゆであげ シーフードトマトスパゲティ 	6 ミニトマト (2コ) 厚揚げサラダ 黒コッパパン ポテトグラタン 	7 エビバーグ (チリソース) おひたし 豆腐のオイスターソース煮 ごはん 
	米 大麦 豚肉 豆腐 メンマ 長ねぎしょうが にんにく にんじん ほうれんそう もやし ごま/ひじき 入りぎょうざ 揚げ油/みかん缶 パイン缶 黄桃缶 洋梨缶/	スパゲティ パセリ/ベーコン えびいか あさり たまねぎ にんじん マッシュルーム セロリ にんにく 小麦粉 トマト/フレンチポテト 揚げ油 青のり/ヨーグルト/	パン/ベーコン たまねぎ じゃがいも にんじん 小麦粉 牛乳 豆乳 チーズ パセリ/厚揚げ しょうが 小麦粉 揚げ油 キャベツ きゅうりにんにく ごま/トマト/	白飯/豆腐 豚肉 ピーマン 長ねぎ にんにく だけのこ しょうが にんにく オイスターソース/エビバーグ 揚げ油/ほうれんそう はくさい ごま/
10 柿 チーズフォンデュ サンドコロッケ カレー ラーメン めん 	11 セブチ大根のサラダ さんま ごまフライ (2コ) ごぼうピラフ 	12 みかん 高野豆腐 とわかめの みそ汁 鶏カラチキン 	13 中華サラダ 煮干し野菜スープ きなこ揚げパン 	14 いそ 和え かいりから揚げ (おろしソース) じゃがいものそぼろ煮 ごはん 
ソフトラーメン/豚肉 メンマ もやし 白菜 にんじん 玉ねぎ ほうれんそう 長ねぎ わかめ 小麦粉 トマト りんご/チーズフォンデュ サンドコロッケ 揚げ油/柿/	米 大麦 バター ベーコン ごぼう たまねぎ にんじん コーン パセリ/さんま しょうが 小麦粉 全卵 ごま 揚げ油/切干大根 まぐろ にんじん もやし きゅうり ごま/	白飯/鶏肉 しょうが 厚揚げ 小麦粉 揚げ油 にんじん だけのこ たまねぎ ピーマン オイスターソース にんにく/高野豆腐 わかめ 長ねぎ/みかん/	ソフトフランスパン 揚げ油 きなこ粉/ベーコン にんじん たまねぎ キャベツ セロリ パセリ 大麦/ハム 緑豆はるさめ きゅうり もやし にんじん ごま/	白飯/豚肉 じゃがいも たまねぎ にんじん 大豆水煮 切り干し大根 さやいんげん 干しいたけ しょうが/かいり唐揚げ 揚げ油/こまつな もやし 切りのり/
17 みかん 大学いも 塩ラーメン めん 	18 柿 かぼちゃコロッケ 焼豚チャーハン 	19 ストロポテトサラダ チキンカレー 	20 大根サラダ あさりのチャウダー メンチカツ 横割パンズ チーズ 	21 ナムル ひきき春巻 マーボ豆腐 ごはん 
ソフトラーメン/豚肉 しょうが にんにく メンマ もやし にんじん たまねぎ はくさい 長ねぎ ほうれんそう わかめ ごま/さつまいも 揚げ油 ごま/みかん/	米 大麦 豚肉 長ねぎ しょうが にんにく にんじん たまねぎ コーン 干しいたけ グリンピース ごま/かぼちゃコロッケ 揚げ油/柿/	白飯/鶏肉 じゃがいも にんじん たまねぎ セロリ りんご しょうが にんにく グリンピース 小麦粉/ハム キャベツ きゅうり コーン じゃがいも 揚げ油 ごま/	横割パンズ/あさり ベーコン じゃがいも たまねぎ にんじん パセリ 小麦粉 バター 牛乳 豆乳 スキムミルク チーズ/メンチカツ 揚げ油/スライスチーズ/	白飯/豆腐 豚肉 しょうが にんにく にんじん 長ねぎ 干しいたけ オイスターソース ごま/ひじき 春巻 揚げ油/ハム こまつな もやし にんじん ごま/
24 振替休日 	25 給食週間① ほうれん草とコーンのサラダ エスカロップ 	26 給食週間② セブチ大根の煮つけ 糸納豆 ごはん いもたんご汁 のり 	27 給食週間③ りんご たらフライ ロールパン ポルシチ 	28 給食週間④ 野菜うの花 もちまちフライ 大根の みそ汁 ジンギスカン 
	米 大麦 バター パセリ だけのこ 豚肉 小麦粉 全卵 揚げ油 たまねぎ にんじん しょうが にんにく トマト/ハム ほうれんそう ホールコーン ごま/	白飯/鶏肉 じゃがいも にんじん だいこん ごぼう 長ねぎ/切り干し大根 油揚げ さつま揚げ にんじん ひじき/納豆/	ロールパン/ベーコン ボークウインナー じゃがいも にんじん たまねぎ キャベツ 赤ピーツ セロリ にんにく パセリ トマト/鯛路産たらフライ 揚げ油/りんご/	白飯/羊ラム肉 しょうが にんにく たまねぎ もやし ピーマン キャベツ にんじん りんご/だいこん 油揚げ/野菜うの花もちもちフライ 揚げ油/