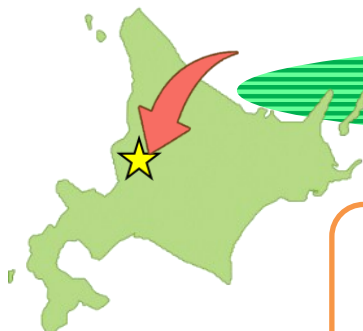


いただきます

令和8年7月3日
藤野南小学校
石山緑小学校



7月の「北海道を食べよう」は、
「砂川ポークチャップ丼」です。



「砂川市」

- ・札幌市から車で北に1時間30分位の所にあります。
- ・米作りやミニトマトやきゅうりが有名です。



すながわ どん
砂川ポークチャップ丼

すながわし とうち
砂川市のご当地グルメです。

ぶたにく あじ
豚肉をケチャップで味つけて、
すながわさん やさい りょうり
砂川産の野菜といっしょに料理し
たものです。



豚肉には、ビタミンB1という栄養があります。これは、ごはんをすぐにエネルギーに変える働きがあります。豚肉とごはんをいっしょに食べられるポークチャップ丼は、栄養面で抜群です。

「フードリサイクル作物のシーズンがやってきました！」



調理過程で給食室から出た野菜くずや食べ残しを、微生物の力で堆肥（肥料）にし、その肥料を使って、また作物を育てるという循環型のシステム。これを『フードリサイクル』といいます。

今年度は、初めて「チンゲンサイ」を6月27日（月）に提供いたしました。今月は、7月8日（水）に、「レタス」が『レタス入り焼豚チャーハン』として登場します。また、9月には、ミネストローネスープとして登場します。12月には、札幌伝統野菜である『札幌黄』を品種改良した『さつおう』というフードリサイクル玉ねぎも登場する予定です。御家庭でも、「今日、フードリサイクルのレタス入り焼豚チャーハン美味しかった？」と、話題にしていただけると幸いです。

予定献立



* 詳しい使用食品や数量が必要な場合はお知らせください。

月	火	水	木	金
6 カレーライス 小松菜とベーコンの サラダ	7 冷麦 フレンチポテト パイン缶詰	8 (フードリサイクル レタス) レタス入り焼豚チャーハン 白花豆コロッケ 黄桃缶	9 ご飯 豆腐のカレーソース 揚げぎょうざ たたききゅうり	10 背割コッペ キャロットポタージュ セルフドック パイン缶
白飯、豚肉、じゃがいも、にんじん、 玉ねぎ、セロリー、りんご、しょう が、にんにく、グリーンピース、小麦 粉、サラダ油、カレー粉、カレール ウ、ウスターソース、中濃ソース、ケ チャップ、醤油、赤ワイン、食塩、シ ナモン、オールスパイス、ナツメグ、 鶏がらスープ/ベーコン、こまつ な、もやし、醤油、穀物酢、サラダ油、 きび砂糖、黒こしょう、白ごま/	ソフト冷麦、油揚げ、干しいたけ、だ し汁、つと、きゅうり、長ねぎ、醤油、 きび砂糖、清酒、本みりん、穀物酢、 むろあじ、宗田、昆布/じゃがいも、 なたね油、揚げ油、食塩、黒こしょう /パイン缶詰	米、おおむぎ、豚肉、長ねぎ、しょう が、にんにく、清酒、みりん風調味 料、本みりん、にんじん、玉ねぎ、ホ ールコーン、干しいたけ、サラダ油、 レタス、ごま油、醤油、食塩、黒こし ょう/白花豆コロッケ、なたね油、 揚げ油/黄桃缶詰	白飯豆腐、豚肉、玉ねぎ、にんじん、 セロリー、しょうが、にんにく、グリ ンピース、りんご、小麦粉、サラダ 油、カレー粉、カレールウ、醤油、ケ チャップ、中濃ソース、ウスターソ ース、赤ワイン、食塩、黒こしょう、 鶏がらスープ/ぎょうざ、なたね 油、揚げ油/きゅうり、食塩、醤油、き び砂糖、ごま油、白ごま/	背割コッペパンベーコン、 玉ねぎ、にんじん、じゃがい も、パセリ、小麦粉、バター、サ ラダ油、チーズ、スキムミル ク、牛乳、豆乳、食塩、白こし ょう、白ワイン、鶏がらスー プ/チキンウインナー、ケチャ ップ、ウスターソース、きび 砂糖、からし、赤ワイン/パ イン缶詰
13 ご飯 ★とり天 味噌汁 (じゃがいも・わかめ) 磯和え	14 ゆであげミートソース 人参とコーンのサラダ	15 ほうれん草ピラフ チキンナゲット フルーツミックス	16 ご飯 さつま汁 ★シュウマイフリッター しょうが和え	17 黒コッペパン ベーコンシチュー もやしのごまサラダ 冷凍みかん
白飯鶏肉、清酒、醤油、しょうが、に んにく、食塩、白こしょう、全卵、小 麦粉、かたくり粉、ベーキングパウ ダー、なたね油、揚げ油/じゃがい も、玉ねぎ、塩わかめ、白みそ、赤み そ、むろあじ、昆布/こまつな、もや し、切りのり、醤油/	スパゲティ、オリーブ油、パセリ、豚 肉、玉ねぎ、にんじん、大豆水煮、マ ッシュルーム、セロリー、しょうが、 にんにく、小麦粉、サラダ油、カレー 粉、ケチャップ、トマトピューレ、テ ミグラスソース、ウスターソース、 中濃ソース、醤油、食塩、黒こし ょう、オールスパイス、ナツメグ、赤ワ イン、鶏がらスープ/ハム、にんじ ん、きゅうり、ホールコーン、醤油、 穀物酢、きび砂糖、サラダ油/	米、おおむぎ、バター、白ワイン、ベ ーコン、にんじん、玉ねぎ、にんに く、ホールコーン、サラダ油、黒こし ょう、ほうれんそう、食塩、醤油/チ キンナゲット、なたね油、揚げ油/ みかん缶詰、パイン缶詰、黄桃缶詰、 なし缶詰、なつみかん缶詰/	白飯、鶏肉、さつまいも、豆腐、板こ んにゃく、にんじん、だいこん、ごぼ う、長ねぎ、しょうが、サラダ油、赤 みそ、白みそ、清酒、本みりん、唐辛 子、むろあじ、宗田、昆布/ポークシ ユウマイ、小麦粉、ベーキングパウ ダー、全卵、牛乳、なたね油、揚げ油/ こまつな、もやし、しょうが、醤油、 清酒、本みりん/	黒コッペパン、ベーコン、じゃがい も、玉ねぎ、にんじん、パセリ、小 麦粉、バター、サラダ油、牛乳、豆乳、 チーズ、スキムミルク、食塩、白こし ょう、白ワイン、鶏がらスー プ/ほう れんそう、もやし、ホールコーン、 にんじん、醤油、きび砂糖、穀物酢、 赤みそ、清酒、トウバンジャン、白す りごま/冷凍みかん
20 海の日 	21 ピリカラ冷やしラーメン きなこポテト すいか	22 ひじきごはん 味噌汁 (凍り豆腐・小松菜) メンチカツ	23 北海道を食べよう 砂川ポークチャップ丼 味噌汁 (大根・油揚げ) 冷凍みかん	24 横割バンズ ポテトスープ フィッシュバーガー (タラ) ▲アイスクリーム
	ソフトラーメン、ハム、にんじん、き ゅうり、ホールコーン、ごま油、ラー 油、白すりごま、醤油、きび砂糖、赤 みそ、清酒、玉ねぎ、しょうが、にん にく、トウバンジャン、ウスターソ ース、穀物酢、むろあじ、昆布/じゃ がいも、なたね油、揚げ油、きな粉、 きび砂糖、食塩/すいか	米、おおむぎ、食塩、昆布、鶏肉、ひじ き、油揚げ、しらたき、にんじん、グ リンピース、サラダ油、醤油、きび砂 糖、清酒、みりん風調味料、本みりん /凍り豆腐、こまつな、白みそ、赤み そ、むろあじ、昆布/メンチカツ、な たね油、揚げ油/	白飯、豚肉ビーマン、にんじん、サラ ダ油、醤油、みりん風調味料、本み りん、玉ねぎ、中濃ソース、きび砂糖、 しょうが、にんにく、トウバンジャ ン、かたくり粉、ごま油、白ごま/だ いこん、油揚げ、白みそ、赤みそ、む ろあじ、昆布/冷凍みかん	横割バンズベーコン、じゃがいも、 にんじん、玉ねぎ、パセリ、醤油、食 塩、黒こしょう、白ワイン、鶏がらス ープ、鳥がら/たらフライ、なたね 油、揚げ油、ケチャップ、ウスターソ ース、きび砂糖、からし、赤ワイン/ アイスクリーム