

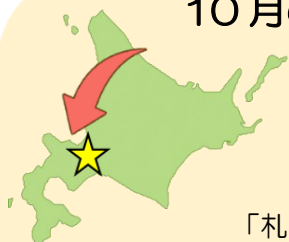
いただきます

令和8年10月2日

藤野南小学校

石山緑小学校

10月の「北海道を食べよう」は、「玉ねぎのかきあげうどん」です。



さっぽろでんとうやさい さっぽろき 札幌伝統野菜の「札幌黄」



「札幌伝統野菜」は、札幌市で昔から育てられ、今も守り続けられている野菜のことです。

その中のひとつが、今回の「札幌黄」です。「札幌黄」は、甘みがとても強く、こくがあり、やわらかいという特徴があります。病害虫に弱かったため、一時作る人が減ることもありましたが、多くの人の「あの味をもっと食べたい!」という声に支えられ、また、作られるようになりました。昨年度、猛暑により激減。今年は天候にも恵まれ、たくさん収穫されているようです。今年度は、9月28日(月)～10月16日(金)までの3週間、提供してもらえる予定です。「とり飯の玉ねぎ」として、また、「札幌黄のオニオンポタージュ」や「札幌黄のかき揚げ丼」として食べられる予定です。お楽しみに…。



選挙投票で選ばれた「ココアあげパン」が登場!

春に、石山緑小学校の6年生が、市の選挙管理委員会の方をお招きして、選挙の体験学習を行いました。その結果から決まったメニューです。対抗馬のシナモン揚げパンを選んだ人は残念。またの機会に。口の周りがココアで覆われ茶色くなる注意報! 16日(金)は、ティッシュやウェットティッシュをお忘れなく!

イエスクリーン作物が提供されます!



『イエスクリーン農作物』を使用できることになりました。『イエスクリーン農作物』の「イエスクリーンマーク」は、『北海道安心ラベル』ともいわれ、農薬をできるだけ少なくして作物を作った健康的な農作物です。昨年度は、人参が提供され、抜型を使って『パーコンシチュー』の中に、「ハート人参♥」などとして入れて、食べられました。今回は、5日(月)の余市町産の「ブルーン」、22日(木)の味噌汁の「キャベツ」を無償提供していただけることになりました。のちほど、すぐーで、イエスクリーン作物の資料を配信したいと考えております。どうぞ、ご覧になってください。



食育の授業が始まっています。

石山緑小では、9月に終わりました。

藤野南小の実施予定日は下記の通り。たくさんの皆さんに食に関して興味関心をもってもらえますように。

学 年	内 容	藤野南小学校実施予定日
1 年生	野菜について	10 月 22 日 (木) 2 校時
2 年生・おひさま 1～3 年	ミルクスクール (牛乳)	10 月 2 日 (金) 5 校時
3 年生	南区の小松菜	9 月 30 日 (水) 2 校時
4 年生	カルシウムと骨の話	10 月 9 日 (金) 2 校時
5 年生	お米のできるまで (精米工場)	10 月 19 日 (月) 5 校時
6 年生	食物せんいについて	10 月 13 日 (火) 2 校時
おひさま 4～6 年	お米のできるまで (精米工場)	10 月 7 日 (水) 5 校時

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
5 ごはん スンドゥブチゲ さばの香味揚げ プルーン 白飯豆腐、豚肉、しょうが、にんにく、トウバンジャン、サラダ油、醤油、食塩、赤みそ、ごま油、あさり、清酒、にんじん、玉ねぎ、えのきだけ、にら、鳥がら、昆布、煮干し/さば切り身、しょうが、清酒、醤油、白ごま、小麦粉、かたくり粉、なたね油、揚げ油/プルーン 	6 玉ねぎのかきあげうどん フルーツしらたま ソフト麺、玉ねぎ、人参、アサリ、切干大根、小麦粉、卵、塩、なたね油、鶏もも肉、酒、つと、ほうれん草、長ねぎ、玉ねぎ、干しいたけ、タモギダケ、醤油、酒、本みりん、酢、ムロアジ、昆布/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、白玉もち、上白糖、白ワイン/	7 とりめし 味噌汁 (とうふ・こまつな・えのき) ぶりのなんぶあげ 米、おおむぎ、鶏がらスープ、鶏肉、しょうが、玉ねぎ、サラダ油、食塩、醤油、清酒、みりん風調味料、本みりん、きび砂糖/豆腐、こまつな、えのきだけ、白みそ、赤みそ、むろあじ、昆布/ぶり切り身、醤油、食塩、黒こしょう、清酒、小麦粉、全卵、白ごま、黒ごま、なたね油、揚げ油/	8 豚ミックスどん 味噌汁 (ごぼう・にんじん・だいこん) イワシのかりかりフライ 白飯、豚肉、しょうが、厚揚げ、かたくり粉、小麦粉、なたね油、揚げ油、玉ねぎ、たけのこ、にんじん、ピーマン、サラダ油、醤油、きび砂糖、清酒、みりん風調味料、本みりん、白ごま/だいこん、にんじん、ごぼう、白みそ、赤みそ、むろあじ、昆布/いわしのかりかりフライ、なたね油、揚げ油/	9 ロールパン オニオンポタージュ イカフライ コールスローサラダ ロールパンベーコン、じゃがいも、玉ねぎ、パセリ、小麦粉、バター、サラダ油、牛乳、豆乳、スキムミルク、チーズ、食塩、白こしょう、白ワイン、鶏がらスープ/いかフライ、なたね油、揚げ油/キャベツ、にんじん、ホールコーン、穀物酢、サラダ油、上白糖、食塩、白こしょう、からし/
12 スポーツの日	13 カレーラーメン シナモンポテト 黄桃缶 ソフトラーメン、豚肉、清酒、しょうが、にんにく、サラダ油、メンマ、もやし、はくさい、にんじん、玉ねぎ、ほうれんそう、長ねぎ、カットわかめ、小麦粉、カレー粉、カレールウ、醤油、ウスターソース、白みそ、食塩、黒こしょう、トマトピューレ、りんご、鳥がら、豚骨、煮干し、昆布/さつまいも、なたね油、揚げ油、グラニュー糖、シナモン/黄桃缶詰	14 中華おこわ 十勝大豆コロッケ ごまあえ (ほうれん草・もやし) 石山緑小 4年なし 米、もち米、豚肉、しょうが、干しいたけ、黒きくらげ、たけのこ、にんじん、日本栗、メンマ、グリーンピース、サラダ油、醤油、きび砂糖、清酒、みりん風調味料、本みりん、ごま油、食塩、黒こしょう/十勝大豆コロッケ、なたね油、揚げ油/ほうれんそう、もやし、白すりごま、醤油、きび砂糖/	15 ご飯 味噌汁 (小松菜・たもぎ) 玉ねぎのかき揚げ (エビ入り) 天丼のたれ 柿 白飯厚揚げ、こまつな、たもぎだけ、白みそ、赤みそ、むろあじ、昆布/むきえび、清酒、あさり、さくらえび素干し、しらす干し、玉ねぎ、にんじん、ごぼう、しゅんぎく、ひじき、切り干し大根、小麦粉、全卵、なたね油、揚げ油/かき	16 ココアあげパン ポテトスープ あさりのスパゲティサラダ コッペパン（無包装）、油、ココア、きび砂糖、塩/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/あさり、しょうが、清酒、スパゲティ、きゅうり、にんじん、醤油、穀物酢、サラダ油、きび砂糖、白みそ、ごま油、白ごま/
19 カレーライス（鶏） ブロッコリーと コーンのサラダ 石山緑小振替休業日 白飯、鶏肉、黒こしょう、白ワイン、じゃがいも、にんじん、玉ねぎ、セロリ、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、鶏がらスープ/ハム、ブロッコリー、ホールコーン、白ごま、サラダ油、きび砂糖、穀物酢、醤油、黒こしょう/	20 パスタミートソース 厚揚げサラダ ソフトパスタ、豚肉、大豆水煮、玉ねぎ、にんじん、マッシュルーム、セロリ、にんにく、しょうが、サラダ油、パセリ、小麦粉、カレー粉、ケチャップ、トマトピューレ、トマト缶詰、デミグラスソース、ウスターソース、中濃ソース、醤油、食塩、黒こしょう、赤ワイン、オールスパイス、ナツメグ、鶏がらスープ/厚揚げ、しょうが、清酒、かたくり粉、小麦粉、なたね油、揚げ油、キャベツ、きゅうり、にんじん、醤油、きび砂糖、穀物酢、黒こしょう、ごま油、白ごま	21 チキンウインナーライス ちくわチーズつめ揚げ フルーツミックス 藤野南小 6年なし 米、おおむぎ、バター、トマト缶詰、白ワイン、カットチキンウインナー、玉ねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリーンピース、サラダ油、ケチャップ、食塩、黒こしょう/白ちくわ、チーズ、小麦粉、全卵、なたね油、揚げ油/みかん缶詰、パイン缶詰、りんご缶詰、黄桃缶詰、なし缶詰、なつみかん缶詰、上白糖/	22 厚揚げ入り肉炒め丼 味噌汁 (キャベツ・油揚げ) 黄桃缶 石山緑小 2年なし 白飯、豚肉、メンマ、にんじん、サラダ油、もやし、こまつな、厚揚げ、なたね油、揚げ油、醤油、みりん風調味料、本みりん、玉ねぎ、りんご、ウスターソース、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/キャベツ、油揚げ、白みそ、赤みそ、むろあじ、昆布/黄桃缶詰 	23 横割りパンズ コーンシチュー 揚げハンバーグ ケチャップソース りんご 横割パンズホールコーン、クリームコーン、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、スキムミルク、チーズ、牛乳、豆乳、食塩、白こしょう、白ワイン、鶏がらスープ/ハンバーグ、なたね油、揚げ油/りんご
26 ご飯 きのこ汁（味噌味） とり天 のりの佃煮 藤野南小 5年なし 白飯、ふなしめじ、えのきだけ、なめこ、にんじん、だいこん、ごぼう、長ねぎ、油揚げ、サラダ油、赤みそ、白みそ、唐辛子、清酒、むろあじ、昆布/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/もみのり、ひじき、醤油、清酒、みりん風調味料、本みりん、てんさい糖、きび砂糖、水あめ/	27 味噌バターコーンラーメン きなこポテト パイン缶 石山緑小 5年なし ソフトラーメン、豚肉、にんにく、白すりごま、白ごまむき、赤みそ、白みそ、みりん風調味料、本みりん、ごま油、トウバンジャン、醤油、清酒、しょうが、もやし、玉ねぎ、メンマ、にんじん、サラダ油、ほうれんそう、長ねぎ、バター、ホールコーン、鳥がら、豚骨、煮干し、昆布/じゃがいも、なたね油、揚げ油、きな粉、きび砂糖、食塩/パイン缶詰	28 エスカロップ ナムル 米、おおむぎ、白ワイン、パセリ、たけのこ、バター、白こしょう、豚肉、清酒、小麦粉、全卵、パン粉、なたね油、揚げ油、玉ねぎ、にんじん、しょうが、にんにく、サラダ油、ケチャップ、トマトピューレ、中濃ソース、デミグラスソース、醤油、きび砂糖、食塩、黒こしょう、オールスパイス、カレー粉、赤ワイン、鶏がらスープ/ハム、ほうれんそう、もやし、にんじん、醤油、穀物酢、きび砂糖、唐辛子、ごま油、トウバンジャン、白ごま/	29 ご飯 さつま汁（鶏） さんまの煮つけ 磯和え（小松菜・もやし） 藤野南小おひさま学級なし 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/さんま骨付き、しょうが、清酒、醤油、きび砂糖、みりん風調味料、本みりん、穀物酢/こまつな、もやし、切りのり、醤油/	30 黒角食 小松菜のクリーム煮 チキンナゲット 柿 黒角食ベーコン、こまつな、マカロニ、にんじん、玉ねぎ、マッシュルーム、小麦粉、バター、サラダ油、チーズ、牛乳、豆乳、スキムミルク、白ワイン、食塩、白こしょう、鶏がらスープ/チキンナゲット、なたね油、揚げ油/かき