

給食だより 12月

令和7年11月28日発行

札幌市立もみじ台中学校

札幌市立上野幌中学校

※12月1日(月)～12月25日(木)

給食では、できる限り旬の食品や行事食を取り入れるように心がけています。今月は冬至が22日(月)なので、19日(金)に「かぼちゃのいとし煮」を予定しています。それから、春から取り組んでいる「食べよう! ニッポン!!」の企画(各地の郷土料理や、ご当地メニューをその土地や料理のことについて紹介し給食で味わう)が5回目を迎えます。今月は、18日に石川県の「治部煮」を味わいます。



冬至



今年は12月22日(月)が冬至です。冬至とは、北半球において1年で最も昼の時間が短く、夜が長い日です。毎年12月21日か22日頃に訪れ、この日を境に徐々に昼の時間が長くなっていきます。古代中国では「太陽が力を取り戻す日」と考えられ、日本では無病息災を願ってかぼちゃを食べたり、ゆず湯に入ったりする風習があります。冬至にかぼちゃを食べるのは、長期保存がきくため冬場の貴重な栄養源であり、風邪予防に良いとされていたからです。給食では、19日(金)に「かぼちゃのいとし煮」にさせていただきます。

郷土料理



「治部煮(じぶに)」は、石川県金沢市に伝わる郷土料理のひとつです。治部煮とは、鶏肉や鴨肉、金沢特産の野菜などを一緒に煮込んで作られる煮物のことです。昔は、寒さの厳しい冬場に食べられる料理とされていましたが、現在では四季折々の旬の食材と組み合わせで作られることも多く、年間を通して食べられるようになりました。(給食のレシピでは「里芋」を使うところ、今回本校では「じゃがいも」を使って作ります。18日(木)の給食に登場します。)



リザーブ給食がありました!

11月25日(火)は「豚肉の竜田揚げ」と「たらザンギ」のどちらかを事前選ぶりザーブ給食がありました。もみじ台中学校と上野幌中学校の事前選んだ人数と、割合をお知らせします。

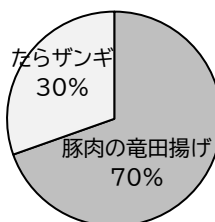
事前にとったアンケートでは、ほとんどの学級で「豚肉の竜田揚げ」の方が人気でしたが、1学級だけ「たらザンギ」の方を選んだ人が多い学級がありました。当日は、今回のリザーブのテーマである和食に関するプリントも配付しました。和食の良さについて日頃の生活の中でも振り返ってみてください。

【事前選んだ人数の割合】

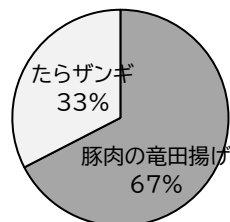
	豚肉の竜田揚げ	たらザンギ
もみじ台中	222人	97人
上野幌中	178人	86人

【割合】

<もみじ台中>



<上野幌中>



12月の 予定献立

*牛乳は毎日つきます。
*果物や野菜は、産地の天候や仕入れの状況等により変更になる場合があります。ご了承ください。
*小魚・海藻・あさり等の海産物全般については、まれに小さなえび・かに等が混入している場合があります。
*1尾まるごとや筒切りの魚には、魚卵が入っていることもあります。

月 1日	火 2日	水 3日	木 4日	金 5日
豆腐入りフカカレーピラフ 釧路産たらフライ フルーツサワー	ご飯 醤油おでん ひじき春巻 おかかふりかけ	豆パン キャロットポタージュ チキンナゲット もやしのごまサラダ	豚ミックス丼 味噌汁 黄桃缶	パスタボンゴレ フレンチポテト
胚芽精米、大麦、バター、ベーコン、 焼き豆腐、にんじん、玉ねぎ、マッ シュルーム、グリーンピース、なたね油/ たらフライ、なたね油/みかん缶、パ イン缶、黄桃缶、洋梨缶、なつみかん 缶、ヨーグルト	白飯/ひじき入りさつま揚げ、豆腐入り かまぼこ、うずら卵水煮、ひじき入りが んも、厚揚げ、板こんにゃく、にんじん、 大根、ふき水煮、根昆布/ひじき春巻、 なたね油/しらす干し、糸かつお、切り のり、ごま	豆パン/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、なたね 油、チーズ、スキムミルク、牛乳、豆乳/チ キンナゲット、なたね油/小松菜、もや し、にんじん、すりごま	白飯、豚肉、しょうが、でん粉、小麦 粉、なたね油、厚揚げ、玉ねぎ、たけの こ、にんじん、ピーマン、ごま/はくさい、 油揚げ/黄桃缶	ソフトパスタ、あさり、大豆水煮、玉ね ぎ、にんじん、マッシュルーム、セロリー、 しょうが、にんにく、なたね油、パセリ、 小麦粉、トマトピューレ、トマト缶/フレン チポテト、なたね油
8日	9日	10日	11日	12日
わかめごはん さつま汁 焼きハンバーグ、照り焼きソース	ご飯 スンドゥブチゲ ししゃものから揚げ ナムル	横割バンズ 白身魚フライ、ケチャップソース スライスチーズ ポーククリームシチュー みかん	和風そぼろごはん 味噌汁 からし和え	味噌バターコーンラーメン アメリカンドッグ 洋なし缶
胚芽精米、大麦、炊き込みわかめ、 ごま/豚肉、さつまいも、豆腐、板こんに ゃく、にんじん、大根、ごぼう、長ね ぎ、しょうが、なたね油/ハンバーグ、 でん粉	白飯/豆腐、豚肉、しょうが、にんにく、な たね油、ごま油、あさり、にんじん、玉ね ぎ、えのきたけ、にら/子持ちカラフトし しゃも、小麦粉、でん粉、なたね油/ハ ム、小松菜、もやし、にんじん、ごま油、ご ま	横割バンズパン/白身魚フライ、なた ね油/スライスチーズ/豚肉、じゃがい も、玉ねぎ、にんじん、パセリ、なたね油、 小麦粉、バター、牛乳、豆乳、チーズ、スキ ムミルク/みかん	白飯、鶏挽肉、焼き豆腐、切り干し大 根、干しいたけ、ごま、しょうが、ごぼう、 にんじん、油揚げ、ひじき、なたね油/ 大根、油揚げ/ハム、ほうれんそう、白 菜	ソフトラーメン、豚挽肉、たまねぎ、にん じん、しょうが、にんにく、すりごま、ご ま、ごま油、豚肉、もやし、メンマ、なた ね油、ほうれんそう、長ねぎ、バター、ホ ールコーン/ポークウインナー、小麦粉、 ベーキングパウダー、全卵、牛乳、なた ね油/洋梨缶
15日	16日	17日	18日	19日
ポークウインナーライス カレーコロケ ごぼうチップサラダ	ご飯 肉じゃが Feちゃんギョウザ おひたし	レーズンパン ミートパスタグラタン 小松菜とコーンのサラダ りんご缶	かき揚げ丼(えび入り) 味噌汁 治部煮	肉うどん かぼちゃのいとこ煮 オレンジ
胚芽精米、大麦、バター、トマトジュ ース、ポークウインナー、玉ねぎ、に んじん、マッシュルーム、グリーンピー ス、なたね油/カレーコロケ、なた ね油/ハム、キャベツ、きゅうり、ホー ールコーン、ごぼう、なたね油、ごま	白飯/豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、しらた き、にんじん、切り干し大根、さやいんげ ん、たまごたけ、干しいたけ、しょうが、な たね油/Feちゃんギョウザ、なたね油/ 小松菜、白菜、糸かつお	レーズンパン/マカロニ、豚挽肉、しょう が、にんにく、玉ねぎ、にんじん、マッシュ ルーム、セロリー、なたね油、小麦粉、パ ター、チーズ、トマト缶、ミックスチーズ、 粉チーズ、パン粉、パセリ/ハム、小松菜、 ホールコーン、ごま、なたね油/りんご缶	白飯、えび、あさり、さくらえび素干し、 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、でん粉/キャベツ、油揚げ/ 鶏肉、干しいたけ、焼きふ、じゃがいも、 にんじん、さやいんげん、でん粉	ソフトめん、豚肉、油揚げ、つと、にんじ ん、ほうれんそう、長ねぎ、干しいたけ、 たまごたけ/かぼちゃ、あずき、白玉もち /オレンジ(紅まどんな)
清田区産干しいたけ使用	清田区産干しいたけ使用		食べよう!ニッポン!(石川県)	清田区産干しいたけ使用、冬至献立
愛媛県産の 「紅まどんな」を 使用予定です!				
22日	23日	24日	25日	<クリスマス献立> 24日は、「クリスマス 献立」となっています。 「フライドチキン」を給食 室で手作ります。 
五目ごはん 高野豆腐のフライ 磯和え	ご飯 豆腐のトロトロ煮 揚げえびシュウマイ ごま和え	ツイストパン コーンクリームスープ フライドチキン スイートグレープゼリー	スープカレー あさりのサラダ	
清田区産干しいたけ使用		クリスマス献立	終業式	
胚芽精米、大麦、鶏肉、油揚げ、しら たき、にんじん、ごぼう、たけのこ、ひ じき、干しいたけ、グリーンピース、な たね油/凍り豆腐、小麦粉、すりご ま、全卵、パン粉、ごま、なたね油/小 松菜、もやし、切りのり	白飯/豆腐、鶏挽肉、小松菜、長ねぎ、に んじん、しょうが、にんにく、なたね油、 でん粉/えびシュウマイ、なたね油/ほ うれんそう、もやし、すりごま	ツイストパン/ホールコーン、クリームコ ーン、ベーコン、玉ねぎ、にんじん、パセ リ、小麦粉、バター、なたね油、牛乳、豆 乳、スキムミルク、チーズ/鶏肉、にんに く、牛乳、小麦粉、でん粉、なたね油/スイ ートグレープゼリー	白飯、鶏肉、にんにく、じゃがいも、なた ね油、かぼちゃ、さやいんげん、ぶなし めじ、玉ねぎ、セロリー、りんご、しょう が、にんにく、トマト缶/あさり、しょう が、きゅうり、キャベツ、にんじん、なた ね油、ごま油、ごま	