

4月

給食だより



札幌市立上條路中学校・札幌市立太平中学校

2026・4・9

ご入学・ご進級おめでとうございます

春風とともに新年度がスタートしました。
子どもたちの健康を願い、安全でおいしい給食づくりを目指します。
どうぞよろしくお願いいたします。



今年度の給食について

栄養

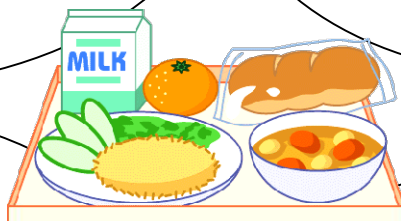
学校給食では、発育期に欠かすことができない栄養素や、不足がちになる栄養素に重点をおき、基準値が決められています。献立は札幌市の統一基準献立をもとに、各学校の行事や食指導などに合わせた献立を追加変更し、作成しています。
(詳しくは札幌市のホームページをご覧ください)

献立

主食は基本的に、ごはんが週3回(白飯2回、炊き込みごはん1回)です。めん、パンはそれぞれ週1回です。
おかずは、和風、洋風、中華風と味に変化をもたせています。

食材

- ・お米は100%道産米を使用しています。パンや袋入りの麺は道産小麦粉を使用しています。
- ・地場産物の活用を積極的に行っています。農薬をできるだけ減らして栽培された「クリーン青果物」など安全で良質な食品の選択に努めています。
- ・たんぱく質源が偏らないよう、魚介類、大豆、大豆製品なども積極的にとり入れています。



主食

月	火	水	木	金
白飯	パン	白飯	麺	炊き込みごはん

※主食の曜日は、各学校で指定されています。
行事の関係で変更になることがあります。

お願い

短い給食時間で準備・食事・後片付けを行います。
衛生や安全を配慮した活動ができるように、清潔な身支度(エプロン・三角巾・マスク)、ランチマット等の準備をお願いいたします。

1年生の皆さんへ

中学校の給食は、皆さんの成長にあわせて小学校よりも栄養価が高くなり、量も増えます。茶碗の大きさはひとまわり大きくなります。中学校の給食室にはオープンがあるので、献立の種類も増えます。
小学校よりも給食時間が遅くなるので、朝ごはんをしっかり食べてくるようにしましょう。

月	火	水	木	金
<h1>4月の 予定献立</h1> <p>※牛乳は毎日つきます。</p>		8 始業式 	9 入学式 	10 <ul style="list-style-type: none"> 焼豚チャーハン 南瓜コロケ パイン缶詰
		<small>胚芽精米・大麦・豚肉・長ネギ・しょうが・にんにく・にんじん・玉ねぎ・コーン・しいたけ・グリーンピース・醤油・ごま油・かぼちゃ・パン粉・マッシュポテト・玉ねぎ・脱脂粉乳・米粉・小麦粉</small>		
13 <ul style="list-style-type: none"> カレーライス 小松菜とベーコンのサラダ 	14 <ul style="list-style-type: none"> 横割りパンズ ポテトスープ レバー入りハンバーグ(ケチャップソース) スライスチーズ 大根サラダ 	15 <ul style="list-style-type: none"> 和風そぼろごはん 味噌汁(キャベツ・油揚げ) 清見オレンジ 	16 <ul style="list-style-type: none"> しょうゆラーメン ごまポテト 黄桃缶 	17 <ul style="list-style-type: none"> わかめごはん 豚汁 さんまかば焼き
<small>豚肉・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・カレー粉・ウスターソース・カレーパウダー・ケチャップ・醤油・ソナモン・ベーコン・小松菜・もやし・ごま・醤油</small>				
20 <ul style="list-style-type: none"> ごはん マーボー豆腐 ひじき春巻 ナムル 	21 <ul style="list-style-type: none"> ロールパン あさりチャウダー 厚揚げサラダ 清見オレンジ 	22 <ul style="list-style-type: none"> ごはん 味噌けんちん汁 かれい唐揚げ(照り焼きソース) しょうが和え 	23 <ul style="list-style-type: none"> 肉うどん あべかわだんご りんご 	24 <ul style="list-style-type: none"> チキンウィンナーライス 星のコロケ フルーツミックス
<small>豆腐・豚肉・しょうが・にんにく・にんじん・長ネギ・しいたけ・味噌・オスターソース・ごま油・豆腐・かたくり粉・醤油・たけのこ・にんじん・豚肉・ひじき・ごま油・大豆油・醤油・でん粉・オスターソース・小麦粉・ラム・ほうれん草・もやし・にんじん・ごま油・醤油・豆腐・ごま</small>				
27 <ul style="list-style-type: none"> ごはん じゃがいものそぼろ煮 ししゃものから揚げ 磯和え 	28 <ul style="list-style-type: none"> 背割りコッペ コーンシチュー 焼フランク(チリソース) 甘夏かん 	29 昭和の日 	30 <ul style="list-style-type: none"> パスタミートソース 青のりポテト 	5/1 <ul style="list-style-type: none"> たきこみいなり 豚肉の竜田揚げ おひたし
<small>豚肉・じゃがいも・玉ねぎ・にんじん・大豆・切干大根・さやいんげん・しいたけ・しょうが・醤油・味噌・カラフトししゃも(子持ち)・小麦粉・かたくり粉・醤油・小松菜・もやし・のり・醤油</small>				
<small>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・スキムミルク・チーズ・牛乳・豆乳・ホークウィンナー・玉ねぎ・トマトピューレ・ケチャップ・中濃ソース</small>				
<small>豚肉・大豆・玉ねぎ・にんじん・マッシュルーム・セロリ・しょうが・にんにく・パセリ・小麦粉・醤油・カレー粉・ケチャップ・ホールトマト・デミグラスソース・ウスターソース・中濃ソース・味噌・じゃがいも・青のり</small>				
<small>胚芽精米・大麦・油揚げ・にんじん・しいたけ・ひじき・ごま・醤油・のり・豚肉・しょうが・かたくり粉・小麦粉・醤油・ほうれん草・白菜・糸かつお・醤油</small>				

☆食材の一部を掲載しています。調味料や少量で表示していない食材があります。流通や天候の影響(青果物など)で変更の場合もありますので、ご了承ください。献立材料欄の/は、献立の区切りです。
 ☆小魚(しらす干しなど)や海藻、あさり、ししゃも等の海産物にえび・かになどが混入していることがありますのでご了承ください。

