

# きゅうしょくだより



2025.9.26 札幌市立川北小学校

- ・牛乳は、毎日つきます。
- ・果物は、変更になる場合があります。
- ・ししゃもやしらす干しなどの小魚、わかめ等には、甲殻類が混入している場合があります。

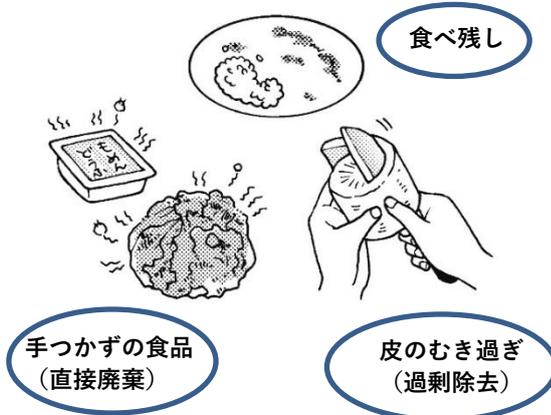
月	火	水	木	金
<b>10月の献立</b> 		1 和風そぼろごはん 大豆フレークの すまし汁 揚げエビシューマイ	2 肉うどん ごまだんご	3 コーンピラフ メンチカツ 小松菜サラダ
6 ハヤシライス 大根サラダ	7 ロールパン 小松菜のクリーム煮 ぶりスパイス揚げ 柿 <b>【1年：食指導①】</b>	8 白飯 マーボー豆腐 ししゃもから揚げ ナムル <b>【1年：食指導②】</b>	9 カレーラーメン 青のりポテト パイン缶 <b>【4年：校外学習】</b>	10 とりめし ホッケの オートミールフライ ごまあえ
13 <b>スポーツの日</b> 	14 くろコッペパン オニオン ポタージュ フライドチキン バナナ	15 <b>&lt;めざせ！                      フードマスター&gt;</b> 白飯 きのこ汁 豚肉の竜田揚げ のりとあさりの佃煮	16 パスタボンゴレ ストローポテト サラダ	17 チキンライス ちくわチーズ つめフライ フルーツカクテル
20 豚すき丼 みそ汁 (白菜・油揚げ) りんご	21 角食 イタリアンスープ 十勝大豆コロッケ チョコクリーム <b>【札幌研秋の研究集会】</b>	22 白飯 カレー肉じゃが 揚げギョーザ 磯和え	23 みそラーメン きなこポテト 柿	24 <b>&lt;めざせ！                      フードマスター&gt;</b> わかめごはん みそ汁 (ごぼう・大根) さんまのかばやき
27 学習発表会 <b>振替休業日</b>	28 横割りバンズパン ベーコンシチュー ハンバーグ スライスチーズ りんご	29 玉ねぎの かき揚げ丼 みそ汁 (小松菜・ たもぎだけ) パイン缶	30 五目うどん とり天 みかん <b>【3年：食指導①】</b>	31 ドライカレー ほうれん草と コーンのサラダ <b>【3年：食指導②】</b>

## 10月の「どさんこフードマスター」は 15日(水)の米 24日(金)のさんまです

給食のお米は、「石狩産のななつぼし」を使用しています。また、「さんま」は秋の味覚の代表です。秋が旬の食材を給食を通して味わい、学びます。



# 食品ロスを減らそう！



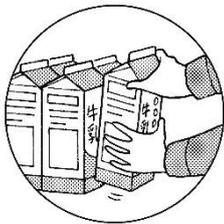
食べられるのに捨てられている日本の食品ロスの量は、年間464万トン（令和5年度推計）です。これは、1年間にお茶わん250杯分のご飯を捨てていることになります。家庭から出る食品ロスの発生要因は、「食べ残し」、「手つかずの食品（直接廃棄）」、「皮のむき過ぎ（過剰除去）」などがあります。食品ロスが増えると、ごみの処理に多額の費用がかかったり、可燃ごみとして燃やすことでCO<sub>2</sub>の排出量が増えるなどさまざまな悪影響があります。大切な食べ物を無駄にしないために、一人ひとりが食品ロスの問題に向き合う必要があります。

## 今日からできる食品ロスを減らす方法

＜一人ひとりの小さな行動が大きな削減につながります＞



食べ残しをなくす



すぐに使うなら、手前の商品を買う



必要な分だけ買う



期限表示を正しく理解する



## きゅうしょくで学ぼう！食べる楽しさ 大切さ

＜日時＞  
令和7年10月11日（土）  
11:00～18:00

＜場所＞  
札幌駅前通地下歩行空間（チ・カ・ホ）  
憩いの空間 北1条東（出入口7番と9番出入口の間）

＜内容＞  
パネル展示 食器の移り変わり 給食実物展示  
リーフレット 給食レシピ配布 給食についてのVTR放映 など

札幌市学校栄養士会で行っております学校給食展が今年も上記の日程で開催されます。お近くにお越しの際は、ぜひお立ち寄りください。

第46回 学校給食展

きゅうしょくで学ぼう！食べる楽しさ 大切さ

とき 令和7年 10月11日（土） 11:00～18:00

ところ 札幌駅前通地下歩行空間（チ・カ・ホ） 憩いの空間 北1条東（出入口7番と9番出入口の間）

内容

- 食器・パネル展示
- 食器の移り変わり
- 給食の実物展示
- 給食についてのVTR放映
- 給食レシピの配布
- 札幌市学校給食栄養士会によるパネル展示
- パンフレットなどの配布
- 札幌市給食部協議会によるパネル展示

主催 / 札幌市学校給食栄養士会 <https://www.s-eiyu.com> 共催 / 公益財団法人札幌市学校給食会