給食だより　7月号

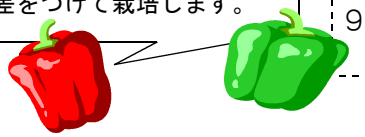
令和2年（2020年）6月26日
札幌市立琴似中学校

さっぽろ学校給食フードリサイクル

「さっぽろ学校給食フードリサイクル」とは教育委員会と環境局環境事業部と経済局農政部が連携して、子供たちの食育・環境教育推進のために行っている事業です。

市内の学校で、給食調理時に出る野菜の切りくずや、教室からでた給食の残りを生ゴミリサイクルセンターで微生物の働きによって時間をかけて発酵させて「堆肥」を作ります。できた堆肥を農家に運び、そこで栽培した札幌産レタスやとうもろこしが学校給食の食材として提供されています。また、学校で出た生ごみは、たい肥のほかに豚や鶏のえさの‘飼料’にもなります。本校でも、学校で出た生ゴミを堆肥化しています。また今年度も、食育環境教育の充実を目指し、フードリサイクル堆肥活用校として学校教材園で堆肥を使用した栽培活動を行っています。

八軒東中学校では、３年生の技術・家庭科の時間に教材園にピーマンを植えます。今年は、種から育てたピーマンと苗から育てたピーマンと収穫時期に差をつけて栽培します。



今年度も、この堆肥を使用して栽培した「札幌レタス」を　７月～９月の間に、札幌市内の全小中学校の給食に使用します。

本校では、７月９日に「レタス入り焼豚チャーハン」に、９月は「スープ」として給食に使用する予定です。

札幌市お弁当プロジェクトに参加しませんか？

道産食材を使用したバランスの良いお弁当レシピを募集します。詳細は、札幌市保健センターホームページまたはポスター（校内２階）をご覧ください。応募用紙は、城戸までお問い合わせください。入賞レシピは、レシピ集に掲載される予定です。

7月のよていこんだて

都合により変わる場合もあります。

	水	木	金
☆７月３日までは、引き続き配膳のリスクをさけるため、1 品少ない給食です。この期間に各クラスでは、配膳の工夫をして、盛り付けもスムーズに行われているため、６日からは通常の給食となります。今年は、７月３１日まで給食があります。	1 たけのこごはん 豚肉のカレーフライ おひたし	2 ごはん 豆腐のカレーソース たたききゅうり	3 ロールパン ベーコンシチュー あさりのカリッとサラダ
	米・大麦・鶏肉・にんじん・たけのこ・油揚げ・しいたけ・グリンピース/豚肉・小麦粉・卵・パン粉・オートミール/小松菜・もやし・糸かつお	豆腐・豚肉・玉葱・にんじん・セロリ・しょうが・にんにく・グリンピース・りんご・小麦粉/きゅうり・ごま油・ごま	ベーコン・じゃがいも・玉葱・にんじん・パセリ・小麦粉・バター・牛乳・豆乳・チーズ・スキムミルク/あさり・しょうが・小麦粉・澱粉・きゅうり・きゃべつ・にんじん・ごま油・ごま

7月のよていこんだて

月	火	水	木	金
今月の加工品 ・野菜コロッケ（じゃがいも・豚肉・玉葱・とうもろこし・にんじん・グリンピース・小麦粉・パン粉・ごま）・かれいの唐揚げ（かれい・澱粉） ・白花豆コロッケ（白花豆・じゃがいも・バター・脱脂粉乳・小麦粉・パン粉・米粉） ・ひじき入り春巻（たけのこ・にんじん・豚肉・ひじき・澱粉・オイスターソース・小麦粉）・いちごジャム（水あめ・いちご） ・ポークフランク（豚肉・ラード・水あめ）・釧路産たらフライ(たら・パン粉・小麦粉)・鮭フライ(鮭・パン粉・小麦粉) ・すだちゼリー（水あめ・砂糖・すだち果汁・ゲル化剤・寒天）・チーズフォンデュコロッケ（じゃがいも・チーズ・脱脂粉乳・パン粉・小麦粉・米粉・大豆） ・チキンナゲット(鶏肉・植物蛋白・パン粉・澱粉・おから・小麦粉・米粉・クラッカー)				**琴似中学校**
6 厚揚げ入り肉炒め丼 みそ汁（あさり・ごぼう） くだもの 豚肉・メンマ・にんじん・もやし・ほうれん草・厚揚げ・澱粉・玉葱・りんご・しょうが・にんにく・ごま油・ごま／あさり・ごぼう・小松菜・長葱・みそ	7 パスタカレーソース コロコロサラダ ヨーグルト 豚肉・大豆・玉葱・にんじん・マッシュルーム・りんご・セロリ・しょうが・にんにく・小麦粉／ハム・高野豆腐・にんじん・きゅうり・コーン・ごま	8 豆腐入りカレーピラフ チキンナゲット 小松菜とコーンのサラダ 米・大麦・バター・ベーコン・豆腐・にんじん・玉葱・マシュルーム・グリンピース／チキンナゲット／ハム・小松菜・コーン・ごま	9 **レタス入り焼豚チャーハン** 白花豆コロッケ ヨーグルト和え **※フードリサイクルレタス使用** 米・大麦・豚肉・長葱・しょうが・にんにく・にんじん・玉葱・コーン・しいたけ・レタス・ごま油／白花豆コロッケ／みかん缶・パイン缶・黄桃缶・洋なし缶・ヨーグルト	10 **身体測定**
13 和風そぼろごはん みそ汁(小松菜・たもぎ) くだもの 鶏肉・切り干し大根・しいたけ・ごま・しょうが・みそ・ごぼう・にんじん・油揚げ・ひじき／厚揚げ・小松菜・たもぎたけ・みそ	14 冷麦 ちくわの石垣揚げ くだもの 油揚げ・しいたけ・ほうれん草・長葱／ちくわ・しょうが・小麦粉・卵・ごま	15 パエリア 野菜コロッケ マセドニア 米・大麦・えび・あさり・いか・玉葱・にんじん・トマト缶・赤ピーマン・ピーマン・にんにく／野菜コロッケ・みかん缶・洋梨缶・白桃缶・黄桃缶・ぶどう缶・オレンジジュース	16 ごはん しょうゆけんちん汁 かれいの唐揚げ おひたし 鶏肉・豆腐・つきこんにゃく・にんじん・大根・ごぼう・長葱／かれい唐揚げ・大根・しょうが・澱粉／小松菜・白菜・糸かつお	17 背割コッペ シーフードグラタン 小松菜としめじのサラダ いか・えび・ほたて・マカロニ・にんじん・玉葱・マッシュルーム・小麦粉・バター・牛乳・豆乳・スキムミルク・チーズ・パン粉・粉チーズ・パセリ／ポークフランク／ハム・小松菜・コーン・しめじ・ごま
20 ハヤシライス あさりのサラダ くだもの 牛肉・玉葱・にんじん・たけのこ・セロリ・しょうが・にんにく・マッシュルーム・グリンピース・小麦粉・トマト缶／あさり・しょうが・きゅうり・きゃべつ・にんじん・ごま油・ごま	21 ピリカラ冷やしラーメン 大学芋 くだもの ハム・にんじん・きゅうり・コーン・ごま油・ラー油・ごま・みそ・玉葱・しょうが・にんにく・豆板醤／さつまいも・ごま	22 小松菜ピラフ 高野豆腐のフライ フルーツミックス 米・大麦・バター・ベーコン・にんじん・玉葱・にんにく・コーン・小松菜／高野豆腐・小麦粉・ごま・卵・パン粉／みかん缶・パイン缶・黄桃缶・洋梨缶・なつみかん缶	23 **海の日** 	24 **スポーツの日**
27 スープカレー 小松菜とベーコンのサラダ すだちゼリー 鶏肉・にんにく・じゃがいも・かぼちゃ・いんげん・ぶなしめじ・玉葱・セロリ・りんご・しょうが・にんにく・トマト缶／ベーコン・小松菜・もやし・ごま	28 冷やしきつねうどん たこ焼風天ぷら 枝豆 油揚げ・しいたけ・ほうれん草・長葱／豆腐入りかまぼこ・小麦粉・卵・糸かつお・青のり／枝豆	29 とりめし ししゃもフライ ごま和え 米・大麦・鶏肉・しょうが・玉葱／カラフトししゃも・小麦粉・卵・パン粉・ごま・のり／小松菜・もやし・ごま	30 ごはん ジンギスカン ひじき春巻 きゅうりのからし漬け ラム肉・しょうが・にんにく・玉葱・もやし・ピーマン・きゃべつ・にんじん・りんご／ひじき春巻き／きゅうり・ごま	31 角食　いちごジャム コーンクリームスープ チーズフォンデュコロッケ 大根サラダ コーン・ベーコン・玉葱・にんじん・パセリ・小麦粉・バター・牛乳・豆乳・スキムミルク・チーズ／チーズフォンデュコロッケ／大根・まぐろ・きゅうり・にんじん・ごま・ごま油

★毎月の給食だよりの献立には、使われる食材をのせてあります。（調味料や少量のものは除く）
献立材料欄の／は区切りです。

★食材の分量等でくわしくお聞きになりたい方は、担任を通して、栄養教諭　相内までお尋ねください。
くだものの種類につきましては、気候によって変更になる場合がありますので、給食だよりにのせていません。（今月は、冷凍みかん・すいか・パイン 缶・メロンの予定です。）
パンには、5%の卵・脱脂粉乳を使っています。

☆「しらす干し」「塩蔵わかめ」「あさり」等には、小さなイカ・エビ・かにが含まれることがあります。

☆食材（野菜）が天候などにより、急に変わることがあります。