

きゅうしょくだより

札幌市立前田中央小学校

札幌市立手稲鉄北小学校

2026年4月

御入学おめでとうございます。いよいよ14日から給食が始まります。手稲鉄北小学校の給食室では、子どもたちにはおいしく、楽しく食べてもらえるように、保護者の皆様には栄養面でも衛生面でも安心していただける内容であるよう努力してまいります。どうぞよろしくお願いたします。

<札幌市の学校給食>

成長期に欠かすことのできない栄養素に重点をおき、献立を作成しています。

- ・主食の1週間分の内容は、白飯2回（月・木曜日）、麺1回（火曜日）、自校炊飯1回（水曜日）、パン1回（金曜日）になります。自校炊飯は他の曜日で実施することもあります。
- ・自校炊飯は給食室で炊飯します。不足しがちな食物繊維やビタミン類を補うため、胚芽精米に大麦を交ぜて炊飯しています。白米や胚芽精米は北海道産の米を、パンや麺は北海道産の小麦を使用しています。（ゆであげスパゲティに使用する乾燥スパゲティを除く）
- ・だしやスープは、削り節・昆布・煮干し・豚骨・鶏がらなどでとります。カレーやシチューなどのルウは、北海道産の小麦粉を使用し、給食室で手作りしています。コロッケ、かまぼこ、ハンバーグなどは、原料配合を指定した札幌市独自の特注品です。

～おねがい～

- ・ランチマット（敷きもの）を御用意ください。汚れたら洗濯し、いつも清潔なものを持たせてください。最初のうちは2枚用意していただくと、汚れたときにすぐ対処できます。
- ・エプロン、帽子（三角巾）は自分で身に付けられるものを御用意ください。給食当番はマスクも必要です。

～できるかな？～

給食時間は身支度・配膳・食事を40分間で行います。初めは早めに給食の準備をしますが、慣れてくると通常の時間で準備をします。御家庭でも食事の準備や後片付けなど簡単なお手伝いをさせていただくと、よい練習になると思います。

*給食の材料をお知らせいたします。裏面に献立名と材料を掲載しています。数字は中学年（3、4年生）1人分の食べる量で、単位はg（グラム）です。

月	火	水	木	金
☆牛乳は毎日200mlつきます。☆献立は諸事情によって変更する場合があります。 ☆あさり、しらす、わかめなどの海産物には、小さなえびやかにかが混ざっている場合があります。		8日	9日	10日
		入学式	1年生は 給食ありません	
13日 1年生は 給食ありません	14日 1年生給食開始 きつねうどん ごまポテト 清見オレンジ	15日 コーンピラフ チキンナゲット りんご	16日 和風そぼろごはん 味噌汁 (小松菜・厚揚げ) 揚げポークシュウマイ	17日 コッペパン ポーククリームシチュー ほうれん草とコーンのサラダ パン缶
20日 ごはん 豚汁 鶏肉の照り焼き おひたし (ほうれん草・白菜)	21日 醤油ラーメン きなこポテト パン缶	22日 とりめし(美唄) 味噌汁 (油揚げ・小松菜・えのき) 十勝大豆コロッケ	23日 カレーライス 小松菜とベーコンの サラダ	24日 黒コッペパン チキンクリーム煮 コールスローサラダ りんご
27日 ごはん けんちん汁醤油味 ひじき入り春巻 ごまあえ (ほうれん草・もやし)	28日 肉うどん 大学芋 ミニトマト	29日	30日 鶏ミックス丼 味噌汁 (あさり・ごぼう・小松菜) 清見オレンジ	5月1日 横割バンズパン 麦入り野菜スープ レバー入りハンバーグ ・ケチャップソース フルーツミックス
		昭和の日		