

給食だより

令和7年(2025年)11月28日

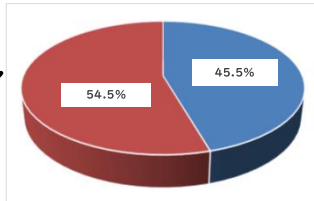
札幌市立前田北中学校
札幌市立手稲西中学校
札幌市立星置中学校

雪が降ったり、融けたりする日が続いていますが、今年も残り一月となりました。流行性の風邪なども流行っております。元気に過ごしましょう！

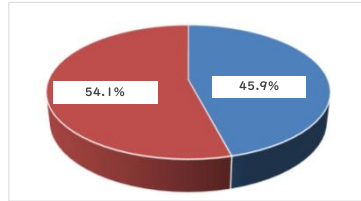
リザーブ給食、結果発表！

12/11(木)にリザーブ給食を実施します。今回は「体を作り、主食をしっかり食べられるメニュー」という事で、釧路産たらフライか、ハンバーグを皆さんに選んでもらいました。各校の結果をお知らせします。当日まで楽しみに！

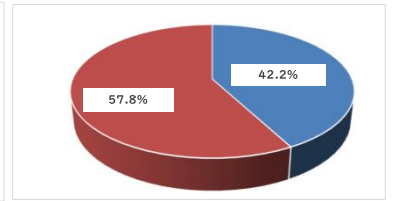
■ 釧路産たらフライ
■ ハンバーグ



【星置中】



【手稲西中】



【前田北中】

各校のアンケートのコメントから(どうして選びましたか?)・・・

- ・北海道(釧路)産かつ冬の味覚を味わいたいと思ったからです。(手稲西中)
- ・タンパク質の量が多かったから。(手稲西中)
- ・パンに挟むならハンバーグの方がおいしそうだったから(前田北中)
- ・北海道で取れた大切な食材を給食に取り入れたいと考えたからです。(前田北中)
- ・チーズと合いそうだったから(星置中)
- ・素晴らしい肉から溢れ出る濃厚でジューシーな肉汁の誘惑に負けたから(星置中)



月		火		水		木		金	
1	680kcal	2	751kcal	3	831kcal	4	763kcal	5	850kcal
味噌ラーメン フレンチポテト みかん		五目ごはん 高野豆腐のフライ 磯和え		ご飯 豆腐の中華煮(えび入り) ししゃものから揚げ ナムル		コッペパン ミートパスタグラタン 大根サラダ パイ		豚ミックス丼 味噌汁 りんご	
8	747kcal	9	777kcal	10	775kcal	11	887kcal(ハンバーグ)	12	738kcal
五目うどん チーズポテト スイートグレープゼリー		豆腐入りカレーピラフ ほっけのオートミールフライ フルーツサワー		ご飯 醤油おでん 春巻 おかかふりかけ		横割バンズ ポーククリームシチュー 釧路産たらフライ ハンバーグ スライスチーズ パイ		和風そぼろごはん 味噌汁 からし和え	
15	788kcal	16	732kcal	17	821kcal	18	778kcal	19	768kcal
しょうゆラーメン アメリカンドッグ みかん		ポークウインナーライス カレーコロッケ 小松菜とコーンのサラダ		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 ローストチキン 黄桃		かき揚げ丼(えび入り) 味噌汁 紅まどんな	
22	726kcal	23	826kcal	24	742kcal	25	終業式		
肉うどん かぼちゃのいとこ煮 みかん 		わかめごはん さつま汁 レバー入りメンチカツ		根菜のスープカレー あさりのスパゲティサラダ		●12/22(月)のかぼちゃのいとこ煮で使用するかぼちゃは、夏に使用した大浜みやこかぼちゃに引き続き、JAより、手稲区で作られた、白皮かぼちゃを使用する予定です。			

12月1日(月) 味噌ラーメン ソフトラーメン 豚肉 たまねぎ にんじん しょうが にんにく 白すりごま 白ごま 赤みそ 白みそ 醤油 トウバンジャン ごま油 豚肉 醤油 もやし メンマ ほうれんそう 長ねぎ くきわかめ 鳥がら 豚骨 煮干し 昆布 フレンチポテト フレンチポテト 黒こしょう みかん	12月2日(火) 五目ごはん 米(はいが精米) おおむぎ(米粒麦) 昆布 鶏肉 油揚げ しらたき にんじん ごぼう たけのこ(水煮) ひじき 干しいたけ グリーンピース 醤油 きび砂糖 だし汁 高野豆腐のフライ 凍り豆腐 醤油 きび砂糖 カレー粉 小麦粉 白すりごま 全卵 パン粉 白ごま 磯和え こまつな もやし もみのり 醤油	12月3日(水) ご飯 豆腐の中華煮(えび入り) 豆腐 豚肉 むきえび にんじん たまねぎ たけのこ(水煮) たまぎたけ(水煮) 干しいたけ 黒きくらげ しょうが にんにく 醤油 きび砂糖 ごま油 かたくり粉 ししゃものから揚げ カラフトししゃも(子持ち) 小麦粉 かたくり粉 醤油 きび砂糖 穀物酢 ナムル ハム こまつな もやし にんじん 醤油 きび砂糖 ごま油 トウバンジャン 白ごま	12月4日(木) コッペパン ミートパスタグラタン マカロニ 豚肉 しょうが にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム(水煮) セロリー 小麦粉 バター ケチャップ チーズ トマト缶 ウスターソース 中濃ソース 醤油 黒こしょう ナツメグ 赤ワイン 鶏がらスープ ミックスチーズ 粉チーズ パン粉 パセリ 大根サラダ だいこん まぐろ・水煮 きゅうり にんじん 白ごま 醤油 きび砂糖 ごま油 穀物酢 黒こしょう パイン	12月5日(金) 豚ミックス丼 白飯 豚肉 しょうが かたくり粉 小麦粉 厚揚げ たまねぎ たけのこ(水煮) にんじん ピーマン きび砂糖 白ごま 味噌汁 はくさい 油揚げ 白みそ 赤みそ むろあじ 昆布 りんご	12月8日(月) 五目うどん ソフトめん 鶏肉 油揚げ つと にんじん ほうれんそう ごぼう 長ねぎ 干しいたけ たまぎたけ(水煮) 醤油 きび砂糖 穀物酢 唐辛子 むろあじ 宗田 昆布 チーズポテト じゃがいも バター チーズ 牛乳 スキムミルク スイートグレープゼリー	12月9日(火) 豆腐入りカレーピラフ 米(はいが精米) おおむぎ(米粒麦) バター 白ワイン カレー粉 ベーコン 焼き豆腐 カレー粉 醤油 にんじん たまねぎ マッシュルーム(水煮) グリーンピース カレー粉 ほっけのオートミールフライ ほっけ 黒こしょう 小麦粉 全卵 オートミール パン粉 フルーツサワー みかん缶 パイン缶 黄桃缶 なし缶 なつみかん缶 ヨーグルト 上白糖	12月10日(水) ご飯 醤油おでん ひじき入りさつま揚げ 豆腐入りかまぼこ うずら卵 ひじき入りがんも 厚揚げ 板こんにやく にんじん だいこん ふき水煮 根昆布 醤油 きび砂糖 からし むろあじ 昆布 冷凍春巻 おかかふりかけ しらす干し 醤油 糸かつお きび砂糖 切りのり 白ごま	12月11日(木) 横割バンズ ポーククリームシチュー 豚肉 白ワイン じゃがいも たまねぎ 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 白こしょう 白ワイン たまねぎ にんじん ほうれんそう ごぼう 長ねぎ 干しいたけ たまぎたけ(水煮) 醤油 きび砂糖 穀物酢 唐辛子 むろあじ 宗田 昆布 かぼちゃのいとし煮 かぼちゃ あずき きび砂糖 白玉もち みかん
---	--	---	--	---	---	--	--	--

12月12日(金) 和風そばろごはん 白飯 鶏肉 焼き豆腐 切り干し大根 干しいたけ 白ごま しょうが ごぼう にんじん 赤みそ きび砂糖 油揚げ ひじき 醤油 唐辛子 味噌汁 だいこん 油揚げ 白みそ 赤みそ むろあじ 昆布 からし和え ハム ほうれんそう はくさい 醤油 きび砂糖 からし	12月15日(月) しょうゆラーメン ソフトラーメン 豚肉 メンマ しょうが にんにく 醤油 つと もやし たまねぎ にんじん 長ねぎ ほうれんそう くきわかめ 黒こしょう 鳥がら 味噌汁 昆布 煮干し アメリカンドック ポークウインナー 小麦粉 ベーキングパウダー きび砂糖 全卵 牛乳 みかん	12月16日(火) ポークウインナーライス 米(はいが精米) おおむぎ(米粒麦) バター トマト缶 白ワイン ポークウインナー たまねぎ にんじん マッシュルーム(水煮) グリーンピース ケチャップ 黒こしょう 冷凍カレーコロッケ 小松菜とコーンのサラダ ハム こまつな ホールコーン 白ごま 油サラダ きび砂糖 穀物酢 醤油 黒こしょう	12月17日(水) ご飯 豆腐のトロトロ煮 豆腐 鶏肉 こまつな 長ねぎ にんじん しょうが にんにく 醤油 きび砂糖 黒こしょう かたくり粉 鶏がらスープ 冷凍揚げえびシュウマイ ごま和え ほうれんそう もやし 白すりごま 醤油 きび砂糖	12月18日(木) ツイストパン コーンクリームスープ ホールコーン クリームコーン ベーコン たまねぎ 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 白ワイン 白こしょう 鶏がらスープ ローストチキン 鶏肉 黒こしょう 醤油 きび砂糖 黄桃	12月19日(金) かき揚げ丼(えび入り) 白飯 むきえび あさり(水煮) さくらえび たまねぎ にんじん ごぼう こまつな ひじき 切り干し大根 小麦粉 全卵 醤油 きび砂糖 かたくり粉 むろあじ 宗田 味噌汁 キャベツ 油揚げ 白みそ 赤みそ むろあじ 昆布 紅まどんな	12月22日(月) 肉うどん ソフトめん 豚肉 醤油 油揚げ つと にんじん ほうれんそう 長ねぎ 干しいたけ たまぎたけ(水煮) 醤油 きび砂糖 穀物酢 唐辛子 むろあじ 昆布 かぼちゃのいとし煮 かぼちゃ あずき きび砂糖 白玉もち みかん	12月23日(火) わかめごはん 米(はいが精米) おおむぎ(米粒麦) 炊き込みわかめ 白ごま さつま汁 豚肉 さつまいも 豆腐 板こんにやく にんじん だいこん ごぼう 長ねぎ しょうが 赤みそ 白みそ 唐辛子 むろあじ 宗田 昆布 レバー入りメンチカツ 中濃ソース	12月24日(水) 根菜のスープカレー 白飯 豚肉 赤ワイン にんにく 黒こしょう じゃがいも ごぼう にんじん だいこん たまねぎ セロリー りんご しょうが にんにく トマト缶 醤油 黒こしょう カレー粉 チリパウダー オースパイス 鳥がら 煮干し 昆布 あさりのスパゲティサラダ あさり(水煮) しょうが 醤油 きび砂糖 スパゲティ きゅうり にんじん 穀物酢 白みそ ごま油 白ごま
--	---	---	---	---	---	---	---	---



・スペースに限りがございますので、一部調味料(塩、酒、みりん等)や揚げ油等の記載を省略しております。

・牛乳は、毎日200mL(1本)つきます。

・予算や天候、その他の関係で、果物や使用食材が 変更になることがあります。ご了承ください。

・わかめ、あさり、ししゃもなどの海由来の食材には小エビや小カニなどが混入していることがあります。



手稲区学校給食展があります！

とき 12月16日(火) 17:00～
12月19日(金) 15:00

ところ JR手稲駅 自由通路 「あいくる」
・給食レシピ配布、パネル展示など 是非お越しください！

お待ちしております！

