

給食だより

令和8年(2026年)9月30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

暑さも落ち着き、過ごしやすい日が多くなってきました。朝晩は気温差が大きく、インフルエンザも流行中です。学校行事もあります。体調を崩さない様に今月も過ごしていきましょう。



食べ物が美味しい季節になってきました♪

札幌市の学校給食では、日頃から国産をはじめ、道産、札幌産の食材を使用し、地産地消に力を入れております。北海道産、札幌産の野菜の使用が多い時期になってきましたので、それぞれ使用できる期間が限られておりますが、一部紹介します。

じゃがいも(洞爺)、たまねぎ(札幌黄)、にんじん(京極)、ごぼう(小清水)、ブロッコリー(石狩)、かぼちゃ(当別)、小松菜(札幌西区)、にんにく(十勝)、ホールコーン(芽室町)、
胚芽米(ななつぼし)は11月頃に順次道産の新米になる予定です。

学校給食展があります!

とき 10月10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(東側7番から9番出入口の間)

- 写真・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
- もぐぺろクイズ ●給食レシピの配布
- 札幌市学校給食会共催によるパネル展示・パンフレットなどの配布
- 札幌市農業振興協議会によるパネル展示



月		火		水		木		金	
・やっと涼しくなってきましたので、揚げパンを予定しています。揚げパンは、個包装されていないパンを、朝一で納品してもらい、星置中学校の給食室で1つ1つ油で揚げています。						1	794kcal	2	770kcal
						ご飯 豆腐のトロトロ煮 揚げえびシュウマイ おひたし		横割バンズ かぼちゃシチュー フィッシュバーガー 鱈 コールスローサラダ	
5	794kcal	6	777kcal	7	686kcal	8	723kcal	9	802kcal
豚すき丼 味噌汁 うの花コロッケ		きつねうどん あべかわだんご 柿		小松菜ピラフ ハンバーグきのこソース 洋なし缶		ご飯 味噌汁 さんまの煮付け ごま和え		レーズンパン ベーコンシチュー ブロッコリーとコーンのサラダ パイ	
12	スポーツの日	13	772kcal	14	691kcal	15	761kcal	16	805kcal
		肉うどん 大学芋 みかん		五目ごはん 北海道産ブリカツ からし和え		ご飯 スンドゥブチゲ ししゃものから揚げ ナムル		ツイストパン チキングラタン オニオンチップサラダ 黄桃	
19	760kcal	20	札幌教研	21	750kcal	22	723kcal	23	914kcal
かき揚げ丼(えび入り) 味噌汁 柿				ゆであげカレーソース フレンチポテト		鶏ごぼうごはん さばスパイス揚げ 磯和え		横割バンズ チキンクリームシチュー カレーコロッケ スライスチーズ 人参とコーンのサラダ	
26	747kcal	27	791kcal	28	781kcal	29	783kcal	30	754kcal
スープカレー ハムコーンサラダ		味噌ラーメン アメリカンドッグ りんご		ビビンバ 星のコロッケ フルーツミックス		ご飯 豆腐の中華煮(えび入り) ほっけカレー揚げ しょうが和え		揚げパン 麦入り野菜スープ バンバンジーサラダ	

10月1日(木)	10月2日(金)	10月5日(月)	10月6日(火)	10月7日(水)	10月8日(木)	10月9日(金)	10月13日(火)	10月14日(水)	10月15日(木)
ご飯	横割パンズ	豚すき丼 白飯	きつねうどん ソフトめん	小松菜ピラフ 米(はいが精米)	ご飯	レーズンパン	肉うどん ソフトめん	五目ごはん 米(はいが精米)	ご飯
豆腐のトロトロ煮	かぼちゃシチュー	豚肉 しらたき	油揚げ 醤油	おおむぎ(米粒麦)	味噌汁 豆腐(木綿)	ベーコンシチュー	豚肉 油揚げ	昆布 鶏肉	スンドゥブチゲ
豆腐	ベーコン	たまねぎ	きび砂糖	バター	カットわかめ	ベーコン	つと	油揚げ	豆腐
鶏肉	西洋かぼちゃ	たまねぎ	だし汁	白ワイン	長ねぎ	じゃがいも	にんじん	しらたき	豚肉
こまつな	たまねぎ	たまねぎ	鶏肉	にんじん	白みそ	たまねぎ	こまつな	にんじん	しょうが
長ねぎ	にんじん	たまねぎ	きび砂糖	にんじん	おろあじ	にんじん	長ねぎ	ごぼう	にんにく
にんじん	パセリ	きび砂糖	干しいたけ	たまねぎ	昆布	パセリ 乾	干しいたけ	たまねぎ	トウバンジャン
しょうが	小麦粉	醤油	長ねぎ	にんにく	さんまの煮付け	小麦粉	たまねぎ(水煮)	たけのこ(水煮)	醤油
にんにく	バター	ほうれんそう	たまねぎ(水煮)	黒こしょう	さんま	バター	きび砂糖	ひじき	赤みそ
醤油	牛乳	味噌汁	こまつな	こまつな	しょうが	牛乳	穀物酢	干しいたけ	ごま油
きび砂糖	豆乳	厚揚げ	穀物酢	醤油	きび砂糖	豆乳	唐辛子	醤油	あさり(水煮)
黒こしょう	チーズ	こまつな	唐辛子	ハンバーグきのこソース	穀物酢	チーズ	唐辛子	きび砂糖	にんじん
かたくり粉	スキムミルク	白みそ	むろあじ	冷凍ハンバーグ	きび砂糖	スキムミルク	むろあじ	だし汁	たまねぎ
鶏がらスープ	白こしょう	赤みそ	宗田	たまぎたけ(水煮)	ごま和え	白こしょう	昆布	冷凍北海道産ブリカツ	えのきたけ
冷凍揚げえびシュウマイ	白ワイン	むろあじ	昆布	ぶなしめじ	ほうれんそう	鶏がらスープ	大学芋		にら
	鶏がらスープ	冷凍うの花コロッケ	あべかわだんご	えのきたけ	もやし	ブロッコリーとコーンのサラダ	さつまいも	からし和え	鳥がら
おひたし	フィッシュバーガー鱈		白玉もち	干しいたけ	白すりごま	ハム	水あめ	焼き竹輪	昆布
こまつな	冷凍釧路産たらフライ		きな粉	醤油	醤油	ブロッコリー	黒砂糖	こまつな	煮干し
もやし	ケチャップ		きび砂糖	きび砂糖	きび砂糖	ホールコーン	醤油	キャベツ	ししゃものから揚げ
系かつお	ウスターソース		柿	かたくり粉	かたくり粉	白ごま	穀物酢	醤油	カラフトししゃも(子持ち)
醤油	きび砂糖			白ごま	白ごま	油サラダ	かたくり粉	かたくり粉	小麦粉
	からし			洋なし缶	洋なし缶	きび砂糖	からし	からし	醤油
	赤ワイン					穀物酢			きび砂糖
	クールスローサラダ					醤油			穀物酢
	キャベツ					黒こしょう			ナムル
	にんじん					パイン缶詰			ハム
	ホールコーン								こまつな
	穀物酢								もやし
	油サラダ								にんじん
	上白糖								醤油
	白こしょう								きび砂糖
	からし								ごま油
									トウバンジャン
									白ごま

10月16日(金)	10月19日(月)	10月21日(水)	10月22日(木)	10月23日(金)	10月26日(月)	10月27日(火)	10月28日(水)	10月29日(木)	10月30日(金)
ツイストパン	かき揚げ丼(えび入り)	ゆであげカレーソース	鶏ごぼうごはん 米(はいが精米)	横割パンズ	スープカレー	味噌ラーメン	ビビンバ	ご飯	揚げパン
チキングラタン	白飯	スパゲティ	米(はいが精米)	チキンクリームシチュー	白飯	ソフトラーメン	米(はいが精米)	豆腐の中華煮(えび入り)	ソフトフランスパン
鶏肉	むきえび	オリーフ油	醤油	鶏肉	鶏肉	豚肉	米(はいが精米)	豆腐(木綿)	豚肉
白ワイン	あさり(水煮)	パセリ	焼き豆腐	白ワイン	白ワイン	たまねぎ	おおむぎ(米粒麦)	豚肉	むきえび
たまねぎ	さくらえび	豚肉	しょうが	じゃがいも	黒こしょう	しょうが	醤油	焼き豆腐	にんじん
マカロニ	たまねぎ	大豆水煮	しょうが	たまねぎ	かぼちゃ	にんにく	焼き豆腐	メンマ	たまねぎ
マッシュルーム	にんじん	たまねぎ	ごぼう	にんじん	白すりごま	白すりごま	長ねぎ	しょうが	たけのこ(水煮)
にんじん	しゅんぎく	セロリー	にんじん	パセリ	赤みそ	白ごま	しょうが	たまねぎ(水煮)	キャベツ
小麦粉	ひじき	しょうが	油揚げ	小麦粉	ぶなしめじ	赤みそ	にんにく	干しいたけ	セロリー
バター	切り干し大根	にんにく	醤油	バター	たまねぎ	白みそ	ごま油	黒きくらげ	パセリ
牛乳	小麦粉	小麦粉	赤みそ	牛乳	セロリー	醤油	トウバンジャン	しょうが	おおむぎ(押麦)
豆乳	全卵	カレー粉	黒砂糖	豆乳	りんご	トウバンジャン	にんじん	醤油	醤油
スキムミルク	醤油	カレー粉	きび砂糖	チーズ	しょうが	ごま油	ほうれんそう	にんにく	白こしょう
チーズ	きび砂糖	ケチャップ	白ごま	スキムミルク	にんにく	豚肉	もやし	醤油	白ワイン
白こしょう	かたくり粉	ウスターソース	さばスパイス揚げ	白こしょう	カレー粉	もやし	白ごま	きび砂糖	鶏がらスープ
白ワイン	むろあじ	ナツメグ	さば	白ワイン	トマト缶	たまねぎ	長ねぎ	ごま油	鳥がら
鶏がらスープ	宗田	醤油	しょうが	鶏がらスープ	醤油	メンマ	しょうが	かたくり粉	パンパンジーサラダ
パン粉	味噌汁	黒こしょう	にんにく	冷凍カレーコロッケ	赤ワイン	にんじん	にんにく	ほっけカレー揚げ	ソフトさきみフレーク
粉チーズ	じゃがいも	オールスパイス	醤油	ポテトコロッケ	黒こしょう	ほうれんそう	醤油	ほっけ	緑豆はるさめ
パセリ	カットわかめ	ナツメグ	かたくり粉	ケチャップ	チリパウダー	長ねぎ	きび砂糖	カレー粉	もやし
オニオンチップサラダ	長ねぎ	赤ワイン	小麦粉	ウスターソース	オールスパイス	くきわかめ	穀物酢	醤油	きゅうり
ハム	白みそ	鶏がらスープ	カレー粉	きび砂糖	鳥がら	鳥がら	ごま油	小麦粉	長ねぎ
キャベツ	赤みそ	フレンチポテト	チリパウダー	きび砂糖	煮干し	豚骨	唐辛子	かたくり粉	しょうが
きゅうり	むろあじ	フレンチポテト	黒こしょう	からし	昆布	煮干し	冷凍星のコロッケ	しょうが和え	こまつな
ホールコーン	昆布	黒こしょう	磯和え	スライスチーズ	ハムコーンサラダ	昆布	フルーツミックス	こまつな	もやし
たまねぎ	柿		こまつな	人参とコーンのサラダ	ハム	アメリカンドッグ	パイン缶	しょうが	醤油
かたくり粉			もやし	ハム	ホールコーン	ホークウインナー	黄桃缶		
穀物酢			もみり	にんじん	キャベツ	小麦粉	なし缶		
きび砂糖			かたくり粉	きゅうり	醤油	ベーキングパウダー	なつみかん缶		
醤油			醤油	ホールコーン	穀物酢	きび砂糖	上白糖		
黒こしょう			醤油	醤油	きび砂糖	全卵			
白ごま			穀物酢	穀物酢	ごま油	牛乳			
黄桃			きび砂糖	きび砂糖	からし	りんご			



・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。

