

11月

給食だより

札幌市立真駒内曙中学校
市立札幌みなみの杜高等支援学校

11月は

17日～21日が給食週間です

9月に「給食総選挙」と題してみなさんから食べたい給食のアンケートをとりました。17日(月)～21(金)の給食は、給食総選挙で各部門1位になった献立が登場します！お楽しみに☆

給食総選挙結果発表！

カレー部門

- 1位…チキンカレー
- 2位…スープカレー
- 3位…キーマカレー



まぜご飯部門

- 1位…ビビンバ
- 2位…焼き豚チャーハン
- 3位…とりめし



パン部門

- 1位…揚げパン(シナモン)
- 2位…揚げパン(きなこ)
- 3位…ハンバーガー



麺部門

- 1位…塩ラーメン
- 2位…しょうゆラーメン
- 3位…カレーラーメン



おかず部門

- 1位…ごまザンギ
- 2位…かぼちゃコロケ
- 3位…はるまき



給食週間の1週間はみなみの杜高等支援学校で栽培・収穫された「にんにく」を、給食に使用します！味わって食べましょう



「北海道産赤ビーツのボルシチ」が
5日(水)に出ます



北海道を食べよう♪
第4弾！！

ボルシチとは？

ボルシチは、「赤ビーツ」という野菜を使った赤いスープです。赤ビーツの他に、にんじんや玉ねぎ、キャベツ、ウィンナーなどが入っていて具たくさんです。ウクライナで生まれ、その後、ロシアにも広がりました。本場のボルシチは、仕上げに「サワークリーム」というすっぱいクリームをかけて食べるそうです。



★ラッキー人参★

20日(木)のチキンカレーに各クラスに何個か星型の人参を入れます。入っていた人はラッキー☆星型の人参を探しながら、給食にどんな食材が入っているのか興味をもってもらえればと思っています。

*** 札幌市の学校給食は、地産地消の推進、減塩に取り組んでいます ***

11月

11月の予定献立

★給食で使用する主な食材を載せています。調味料など省略しています。

★加工品の内訳が知りたい方は学校までご連絡ください。

★青果物の生育状況などにより、使用食材を変更する場合があります。くだものについては、アレルギーのあるものが出た場合は食べないようにしてください。

☆産物全般について、小さなえび、かにが混入している場合があります。

月	火 4日	水 5日	木 6日	金 7日
文化の日 	ご飯 ローペンタン とかちだいずコロッケ ごまあえ	北海道を食べよう献立 ロールパン ポルシチ (北海道メニュー) 白身魚のハーブ焼き パイン缶	ご飯 じゃがいものそばろに かかれい唐揚げ・おろし ソース しょうが和え	パスタシーフード トマトソース 青のりポテト ヨーグルト
10日	11日	12日	13日	14日
ごぼうピラフ A. いわしのカリカリフライ B. チーズフォンデュコロッケ フルーツミックス おかずリザーブ給食	肉炒め丼 みそしる さつまいも天ぷら	黒コッペパン ポテトグラタン 厚揚げサラダ かき	ご飯 豆腐のオイスターソース煮 ひじきいりぎょうざ おひたし	カレーラーメン 白花豆コロッケ もも缶
米 大麦 バター ペーコン ごぼう たまねぎ にんじん にんにく ホールコーン パセリ サラダ油 /いわしのカリカリフライ/チーズフォンデュコロッケ/揚げ油/みかん缶詰 バイン缶詰 黄桃缶詰 なし缶詰 なつみかん缶	白飯 豚肉 メンマ にんじん サラダ油 もやし ほうれんそう たまねぎ りんご しょうが にんにく トウバンジャン かたくり粉 ごま油 ごま/だいこん 油揚げ みそ/さつまいも 小麦粉 全卵 揚げ油/	黒コッペパン/ベーコン たまねぎ じゃがいも にんじん マッシュルーム 小麦粉 サラダ油 チーズ スキムミルク 牛乳 豆乳 パン粉 バター パセリ/厚揚げ しょうが かたくり粉 小麦粉 揚げ油 キャベツ きゅうり にんじん ごま油 ごま/かき	白飯/豆腐 豚肉 ピーマン たまねぎ 長ねぎ にんじん たけのこ しょうが にんにく サラダ油 オイスターソース かたくり粉/ひじき入りぎょうざ 揚げ油/こまつな もやし 糸かつお /	ソフトラーメン 豚肉 しょうが にんにく メンマ もやし たまねぎ 人参 はくさい ほうれんそう 長ねぎ カットわかめ 小麦粉 サラダ油 カレー粉 カレールウ みそ トマトピューレ りんご /白花豆コロッケ 揚げ油/黄桃缶詰
17日	18日	19日	20日	21日
ビビンバ エビバーグ フルーツ白玉 給食週間～21日まで	ご飯 石狩鍋 ごまザンギ のりのつくだに	あげパン 麦入り野菜スープ バンバンジーサラダ	チキンカレーライス 野菜のしょうゆづけ	塩ラーメン 大学芋 みかん
米 大麦 豚ひき肉 焼き豆腐 メンマ サラダ油 トウバンジャン にんじん ほうれんそう もやし ごま 長ねぎ しょうが にんにく ごま油 /エビバーグ たまねぎ しょうが かたくり粉 揚げ油/みかん缶詰 バイン缶詰 黄桃缶詰 なし缶詰 白玉もち 上白糖	白飯/鮭ダイス 豆腐 キャベツ にんじん たまねぎ つきこん じゃく ぶなしめじ 長ねぎ みそさんしょう /鶏肉 しょうが にんにく 全卵 かたくり粉 ごま 揚げ油/もみり ひじき 水あめ/	ソフトフランスパン 揚げ油 グラニュー糖 シナモン/ベーコン にんじん たまねぎ キャベツ セロリ パセリ 大麦 /若鶏肉 ささみ 緑豆はるさめ もやし きゅうり 長ねぎ しょうが みそ トウバンジャン ごま油 ごま/	白飯 鶏肉 じゃがいも にんじん たまねぎ セロリ りんご しょうが にんにく グリンピース 小麦粉 サラダ油 カレー粉 カレールウ ケチャップ /だいこん きゅうり にんじん 水あめ /	ソフトラーメン 豚肉 しょうが にんにく サラダ油 メンマ つと もやし にんじん たまねぎ はくさい 長ねぎ ほうれんそう 塩わかめ /さつまいも 揚げ油 水あめ 黒砂糖 ごま/みかん
24日	25日	26日	27日	28日
勤労感謝の日 	ご飯 マーボーとうふ やさいはるまき ナムル	よこわりバンズ あさりのチャウダー メンチカツ スライスチーズ 大根サラダ	鶏ミックス丼 みそしる りんご	たぬきうどん チーズポテト 温州みかんゼリー
	白飯/豆腐 豚ひき肉 しょうが にんにく サラダ油 にんじん 長ねぎ 干しいたけ みそ ごま油 トウバンジャン かたくり粉/野菜春巻 (ひじき入) 揚げ油/こまつな もやし ハム にんじん ごま油 ごま/	横割パンズ/あさり ペーコン じゃがいも たまねぎ にんじん パセリ 小麦粉 バター サラダ油 牛乳 豆乳 スキムミルク チーズ /メンチカツ 揚げ油/スライスチーズ/大根 まぐろ きゅうり にんじん 白ごま油/ケチャップ ウスターソース からし	白飯 鶏肉 しょうが 小麦粉 かたくり粉 厚揚げ 揚げ油 にんじん たまねぎ たけのこ 干しいたけ ピーマン サラダ油 ごま /凍り豆腐 塩わかめ 長ねぎ みそ /りんご	ソフトめん あさり 鶏肉 さくらえび にんじん しゅんぎく ごぼう 切り干し大根 ひじき 小麦粉 全卵 揚げ油 つと たもぎたけ こまつな 長ねぎ 干しいたけ /じゃがいも 上白糖 バター チーズ 牛乳 スキムミルク /