



きゅうしょくだより



令和 8 年 4 月 8 日
札幌市立北の沢小学校
札幌市立真駒内公園小学校

ご入学・ご進級 おめでとうございます！

春の日差しがうれしい季節になりました。かわいらしい1年生が仲間に加わり、新学期がスタートします！今年度も給食だよりを通して、「食」に関する情報を発信してまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

札幌市の学校給食

今年度の給食の内容も教育委員会が作成した「全市統一基準献立」で運用します。

北の沢小と真駒内公園小の給食

北の沢小学校は、自校分と真駒内公園小学校分の調理を行う「親子調理校」です。両校あわせて約510食の給食を調理員5名と栄養教諭1名で作ります。安全でおいしい給食を提供できるように努めてまいります。ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。



主食

曜日	月	火	水	木	金
主食	パン	白飯	めん	まぜ ごはん	白飯

- ・主食は日替わりです。ごはんが3回、パンが1回、麺が1回です。ごはんのうち、2回はライス工場で炊いた白飯、1回は学校で炊飯する自校炊飯(まぜごはん)です。
- ・自校炊飯には、北海道産の胚芽精米と麦を混ぜて使用します。ライス工場で炊いた白飯は、北海道産のななつぼしです。パンや麺には道産小麦を使用しています。

おかず



- ・おかずは2~3品つきます。和食・洋食・中華と味に変化をもたせています。
- ・手作りを心がけており、スープやだし汁は、とりガラ・豚骨・昆布・削り節・煮干しなどでとっています。
- カレーライス、シチュー、ポタージュなどのルーも手作りです。

~ご挨拶~

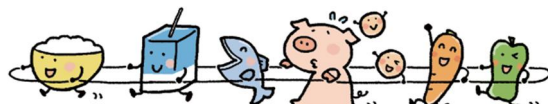
約1年間の育児休業から復帰しました、栄養教諭 五十嵐 夏実です。北の沢小と真駒内公園小の子どもたちに会えるのを楽しみにしていました。子どもたちの健やかな成長を支えられるよう、精一杯頑張りたいと思いますので、どうぞよろしくお願いいたします。

北の沢小と真駒内公園小の食指導

今年度も、給食時間を通して、「食事マナーを身に付け、自分の健康を意識して、食事をする事ができる子ども」を育成することを目標に、リザーブ給食やランチルーム給食など様々な取組を行う予定です。

給食には、行事食や地産地消を意識した献立を取り入れていきます。また、北海道でとれる食材、郷土料理、地元札幌の農産品などを積極的に取り入れたメニューを提供する「北海道を食べよう!」の取組を今年度も継続します。学級活動の時間で、各学年での食に関する指導も実施予定です。

子どもたちが学んだ食に関する知識を自身の生活に活用し、食に対して感謝の気持ちを持ち、将来にわたり、心身ともに健康で過ごすことができる大人になれるよう、食に関する指導を進めていきます。学校で学習した内容は、おうちでお子さんと一緒に振り返っていただくと嬉しいです。



4月 おていこんだて

※牛乳は毎日200mlつきます。
 ※野菜・くだものは、入荷状況によって変更する場合があります。ご了承ください。
 ※海産物(ししゃも・しらす等小魚・わかめ)には小さなえび・かに・貝殻等が混入している場合があります。
 ※下段には、献立ごとに、主に使用している食材を記載しています。
 ※卵を使った献立には◎、小麦には△、乳製品には★、えびには◆をつけています。

月	火	水 8日	木 9日	金 10日
<p>おしらせ ☆1年生は14日(火)から給食が始まります。 ☆給食では、北海道産・札幌産など道産・国産食材を使用するように心掛けています。産地等の情報は、学校ホームページで紹介していますので、ぜひご覧ください。</p>	<p>食器について 強化磁気食器は割れやすいので、大切に扱うよう指導しています。井ぶりは今までよりも軽い樹脂食器になります。軽くて持ちやすいので、食事のマナーに気を付けながら楽しく食事ができるように声を掛けていきます。</p>	<p>入学式・始業式</p> 	<p>たきこみいなり △プリカツ からしあえ</p>	<p>△とりミックスどん みそしる(あさり・ごぼう・小松菜) きよみオレンジ</p>
<p>13日 ◎△★ロールパン △★コーンシチュー あさりのサラダ あまなつかん</p>	<p>14日 △カレーライス こまつなとパ・コジのサラダ</p> <p style="border: 1px solid red; padding: 2px; display: inline-block;">1年生給食開始</p>	<p>15日 △しょうゆラーメン きなこポテト りんご</p>	<p>16日 とりめし みそしる(油あげ・こまつな・えのき) △★しらはなまめコロッケ</p>	<p>17日 ごはん △すきやき △あげポークシウマイ おかかふりかけ</p>
<p>ロールパン(小麦粉、マーガリン、砂糖、卵、スキムミルク)/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、じゃがいも、パセリ、小麦粉、バター、油、スキムミルク、チーズ、牛乳、豆乳、食塩、白こしょう、白ワイン、鶏がらスープ/あさり、しょうが、醤油、きび砂糖、清酒、みりん風調味料、きゅうり、キャベツ、にんじん、穀物酢、油、からし、こま油、こま/なつみかん</p>	<p>白飯、豚肉、赤ワイン、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、グリーンピース、油、小麦粉、カレー粉、カレールウ、ウスターソース、中濃ソース、ケチャップ、醤油、赤ワイン、食塩、オールスパイス、ナツメグ、鶏がらスープ/ベーコン、こまつな、もやし、醤油、穀物酢、油、きび砂糖、白こま</p>	<p>ソフトラーメン(小麦粉)、豚肉、メンマ、しょうが、にんにく、醤油、清酒、油、つともや、たまねぎ、にんじん、長ねぎ、ほうれんそう、くわわかめ、醤油、みりん風調味料、食塩、黒こしょう、鳥がら、豚骨、昆布/じゃがいも、油、きな粉、きび砂糖、食塩/りんご</p>	<p>米、おおむぎ、醤油、清酒、食塩、鶏がらスープ、鶏肉、しょうが、たまねぎ、油、食塩、みりん風調味料、きび砂糖、油揚げ、こまつな、えのきたけ、白みそ、赤みそ、むろあじ、昆布、白花生豆コロッケ(白花生、じゃがいも、小麦粉、砂糖、塩、パン粉)、でん粉、粉末状大豆たんぱく、植物油、油</p>	<p>白飯/豚肉、醤油、てんさい糖、清酒、油、焼き豆腐、しらす、たまねぎ、はくさい、長ねぎ、たまご、たけ、焼き豆腐、しゆんぎく、干しいたけ、みりん風調味料/ポークシウマイ(玉ねぎ、豚肉、牛肉、でん粉、粒状大豆たんぱく質、酒、砂糖、しょうゆ、食塩、ポークエキス、香辛料、小麦粉)、油/しらす干し、清酒、醤油、食塩、てんさい糖、糸かつお、切りのり、青のり、白こま</p>
<p>20日 ◎△★よこわりバンズ むぎいりやさいスープ レバーいりハンバーグ (ケチャップソース) フルーツミックス</p>	<p>21日 あつあげいり にくいためどん すましじる(とうふ・わかめ) ジューシーオレンジ</p>	<p>22日 △ゆであげミートソース フレンチポテト</p>	<p>23日 ごもくごはん みそしる(じゃがいも・にら) △とかちだいでコロッケ</p>	<p>24日 ごはん △たじる △とりにくのてりやき おひたし(ほうれんそう・白菜)</p>
<p>横割バンズ(小麦粉、マーガリン、砂糖、卵、スキムミルク)/ベーコン、にんじん、たまねぎ、キャベツ、セロリ、パセリ、おおむぎ(押麦)、醤油、食塩、白こしょう、白ワイン、鶏がらスープ、鳥がら、レバー入りハンバーグ(牛肉、玉ねぎ、豚肉、豚レバー、塩、でん粉、香辛料)、ケチャップ、ウスターソース、きび砂糖、赤ワイン、からし/みかん缶詰、パン缶詰、りんご缶詰、黄桃缶詰、なし缶詰、上白糖</p>	<p>白飯、豚肉、メンマ、にんじん、油、もやし、こまつな、厚揚げ、かたくり粉、醤油、みりん風調味料、たまねぎ、りんご、ウスターソース、きび砂糖、しょうが、にんにく、トウバンジャン、かたくり粉、こま油、白こま/豆腐、カツわかめ、干しいたけ、長ねぎ、醤油、清酒、食塩、宗田鯉、むろあじ、昆布/ジュース・オレンジ</p>	<p>スパゲティ(小麦粉)、オリーブ油、油、パセリ、豚肉、たまねぎ、にんじん、大豆水煮、マッシュルーム、セロリ、にんにく、小麦粉、カレー粉、ケチャップ、トマトピューレ、デミグラスソース、ウスターソース、中濃ソース、醤油、食塩、黒こしょう、オールスパイス、ナツメグ、赤ワイン、鶏がらスープ/じゃがいも、油、食塩、黒こしょう</p>	<p>米、おおむぎ、清酒、食塩、鶏肉、油揚げ、しらたき、にんじん、ごぼう、たけのこ、ひじき、干しいたけ、グリーンピース、油、醤油、きび砂糖、清酒、みりん風調味料/じゃがいも、にら、白みそ、赤みそ、むろあじ、昆布/十勝大豆コロッケ(じゃがいも、大豆、玉ねぎ、乾燥マッシュポテト)、パン粉、小麦粉、植物油、大豆油、とうもろこし油、とうもろこし、でん粉、砂糖、香辛料、カレー粉、こしょう、油</p>	<p>白飯/豚肉、清酒、豆腐、じゃがいも、板こんにゃく、にんじん、だいこん、たまねぎ、ごぼう、長ねぎ、しょうが、油、清酒、白みそ、赤みそ、むろあじ、宗田鯉、昆布、鶏肉、醤油、清酒、しょうが、かたくり粉、小麦粉、きび砂糖、みりん風調味料、白こま、ほうれんそう、はくさい、糸かつお、醤油</p>
<p>27日 ◎△★コッパパン △★ポーククリームシチュー ほうれんそうとコーンのサラダ パインかん</p>	<p>28日 ごはん マーボーどうふ △いわしのかばやき いそあえ(こまつな・もやし)</p>	<p>29日 昭和の日</p>	<p>30日 ★コーンピラフ △チキンナゲット りんご</p>	<p>5月 1日 ごはん けんちんじる △ひじきはるまき ごまあえ(ほうれん草・もやし)</p> <p style="border: 1px solid green; padding: 2px; display: inline-block;">公園小遠足給食なし</p>
<p>コッパパン(小麦粉、マーガリン、砂糖、卵、スキムミルク)/豚肉、白ワイン、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、パセリ、油、小麦粉、バター、牛乳、豆乳、チーズ、スキムミルク、食塩、白こしょう、白ワイン、鶏がらスープ/ほうれんそう、ホールコーン、白こま、油、きび砂糖、穀物酢、醤油、パイン缶詰</p>	<p>白飯/豆腐、豚肉、しょうが、にんにく、油、にんじん、長ねぎ、干しいたけ、赤みそ、醤油、きび砂糖、清酒、こま油、トウバンジャン、かたくり粉/いわし、清酒、かたくり粉、小麦粉、油、醤油、きび砂糖、みりん風調味料、しょうが、白こま、こまつな、もやし、もりのり、醤油</p>	<p>テレビ、電話、お風呂、冷蔵庫</p>	<p>米、おおむぎ、バター、食塩、白ワイン、ベーコン、たまねぎ、にんじん、ホールコーン、マッシュルーム、パセリ、油、食塩、黒こしょう/鉄腕チキンナゲット(鶏肉、粒状植物性たんぱく質、パン粉、でん粉、ドロマイド、砂糖、乾燥おから、香辛料、小麦粉、パン粉、クラッカー粉、とうもろこし粉、デキストリン、植物油、なたね油、トレハロース、加工デンプン、膨張剤、重曹、ピロリン酸第二鉄、カロチノイド色素)、油/りんご</p>	<p>白飯/鶏肉、清酒、豆腐、つきこんにゃく、にんじん、だいこん、ごぼう、長ねぎ、油、醤油、食塩、むろあじ、昆布、宗田鯉/ひじき春巻(たけのこ、にんじん、豚肉、ひじき、たんぱく質、パン粉、砂糖、清酒、発酵調味料、オスターソース、香辛料、小麦粉、加工でん粉、塩、クエン酸、鉄Na、キローラ)、油/ほうれん草、もやし、白すりこま、醤油、きび砂糖</p>

給食袋の準備・大きさの確認をお願いします!

★エプロン・帽子

清潔なものを用意し、汚れたら洗濯をお願いします。特に高学年のみなさんは、ポタンやひも、大きさの確認をお願いします。(サイズアウトして、正しく着用できない子がいます。)

★ハンカチ・ランチマット

毎日使うハンカチは、清潔なものを用意しましょう。学習する机で給食を食べますので、ランチマットが必要で、洗い替えの用意をお願いします。

★マスク

盛り付け当番は、マスクが必要です。給食袋には、必ずマスクの準備をお願いします。

