

4月の給食だより

2023年4月号
札幌市立本町小学校
札幌市立明園小学校

御進級おめでとうございます！

4月より、本町小学校の給食室が稼働し、8名の調理員が約800名分（職員含）の給食を作ります。本町小学校が調理校（親学校）となり、明園小学校（子学校）へ給食を届ける親子給食の形態となります。保護者の皆様の御理解とご協力をよろしくお願いします。

着任のごあいさつ

4月に着任しました栄養教諭の田中 亨樹（たなか こうき）です。子どもたちが安心して食べられるおいしい給食づくりを第一に、食べることの大切さを伝えます。どうぞよろしくお願いします。



学校給食とは…

学校給食は、御家庭の食事とは異なり、集団生活の中で学校教育の一環として行われるもので、児童・生徒の心身の健全な育成を目的としています。学校での食育は、次の6つの観点から行われています。

食事の大切さ、喜び、楽しさを知る	健康を保つため、自ら管理する力を付ける	正しい知識、情報をもとに食品を選ぶ力を付ける
食べ物を大切にし、関わる人々に感謝する	マナーや思いやりの気持ちなど、社会性を育む	地域の産物や食文化を知り、未来に伝える

学校給食の食事内容

今年度の基本的な主食の曜日

（行事等によって変わることがあります。）

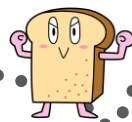
月曜日…パン
火曜日…どんぶり飯
水曜日…麺
木曜日…まぜご飯
金曜日…白飯



おかずは2～3品付きます。（デザートを含む）たんぱく質が肉類に偏らないように、魚介類、大豆、大豆製品なども積極的に取り入れています。スープや出汁は、鶏がら・豚骨・昆布・削り節・煮干しなどからとっています。



主食は、ご飯が週3回（自校炊飯1回と委託白飯2回）、パンが週1回、麺が週1回となっています。



牛乳は、成長期に欠かせない大切なたんぱく質、カルシウム、ビタミンAなどを豊富に含んでいるので毎日200mL付きます。



ご飯は胚芽精米で栄養価アップ！

- ★ お米は100%道産米で、委託注文する白飯の献立には、「精白米」を、自校炊飯の献立（混ぜご飯）には、「胚芽精米」を使用しています。さらに、食物繊維をとるため、自校炊飯のご飯には「大麦」を加えています。
- ★ ご飯は、和・洋・中とさまざまな料理を組み合わせ、栄養バランスのとれた献立をつくることができます。



4月 よていこんだて



※ 牛乳は毎日200mL 付きます。
※ 果物は、市場の入荷状況により変更になる可能性があります。

月

火

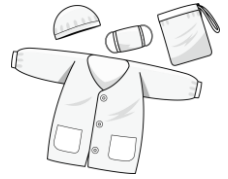
水

木

金

～ 御家庭へお願い ～

子どもたちが衛生的な環境で給食を食べるために、清潔な **ランチマット（しきもの）、エプロン、三角巾（帽子）、ハンカチ、マスク**を御用意ください。また、洗濯をした後も忘れずに持参するよう、御家庭での確認をお願いします。



《予定献立について》

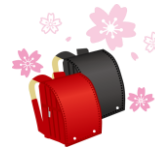
- ※ 献立の下欄には、主な使用食材のみが記載されています。
- ※ 食物アレルギーへの対応には、専用の献立表をお渡ししておりますので、必ずそちらをご確認ください。
- ※ 果物は、市場の入荷状況により変更になる可能性があります。

《食材について》

「ししゃも」「しらす干し」「わかめ」「あさり」等には、まれに小さな**エビ・カニ・オキアミ**等が混入している可能性がありますので、ご注意ください。

6

始業式・入学式



7

ご飯
肉じゃが
ししゃものから揚げ
のりとあさりの佃煮
豚肩肉・大豆・じゃが芋・玉ねぎ・白滝・人参・切り干し大根・さやいんげん・干し椎茸・生姜・醤油/カラフトししゃも・小麦粉・片栗粉・醤油・酢/あさり・生姜・醤油・のり・ひじき・水あめ/

10

ソフトフランスパン
チキンクリーム煮
厚揚げサラダ
清見オレンジ

鶏もも肉・マカロニ・人参・玉ねぎ・マッシュルーム・パセリ・小麦粉・バター・牛乳・豆乳・チーズ・スキムミルク・鶏がら/厚揚げ・生姜・醤油・片栗粉・小麦粉・キャベツ・きゅうり・人参・酢・ごま油・ごま/清見オレンジ/

11

ご飯
すき焼き
いわしみぞれかけ
磯和え

豚肩肉・醤油・焼き豆腐・白滝・玉ねぎ・白菜・長ねぎ・たもぎ草・麩・春菊・干し椎茸/いわし・醤油・小麦粉・片栗粉・大根・生姜/小松菜・もやし・のり・醤油/

12

ゆであげスパゲティ
ミートソース
あさりのカリッとサラダ

スパゲティ・オリーブ油・パセリ・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・大豆・マッシュルーム・セロリー・にんにく・小麦粉・カレー粉・ケチャップ・トマト缶・デミグラスソース・ソース・醤油・香辛料・鶏がら/あさり・生姜・醤油・小麦粉・片栗粉・きゅうり・キャベツ・人参・醤油・酢・からし・ごま油・ごま/

13

コーンピラフ
鶏肉の照り焼き
大根サラダ

米・麦・バター・ベーコン・玉ねぎ・人参・コーン・マッシュルーム・パセリ/鶏むね肉・醤油・生姜・片栗粉・小麦粉・ごま/大根・ツナ・きゅうり・人参・ごま・醤油・ごま油・酢/

14

ご飯
マーボー豆腐
ひじき入りぎょうざ
あげ入りおひたし

豆腐・豚ひき肉・生姜・にんにく・人参・長ねぎ・干し椎茸・みそ・醤油・ごま油・豆板醤・片栗粉/ひじき入りぎょうざ(冷凍)/油揚げ・醤油・昆布・ほうれん草・白菜・糸かつお/

17

背割りコッペパン
ベーコンシチュー
セルフドッグ
りんご

ベーコン・じゃが芋・玉ねぎ・人参・パセリ・小麦粉・バター・牛乳・豆乳・チーズ・スキムミルク・鶏がら/チキンウインナー(冷凍)・ケチャップ・ソース・からし/りんご/

18

カレーライス
ほうれん草と
ベーコンのサラダ
いちご

豚肩肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・セロリー・りんご・生姜・にんにく・グリーンピース・小麦粉・カレー粉・ルウ・ソース・ケチャップ・醤油・香辛料・鶏がら/ベーコン・ほうれん草・もやし・醤油・酢・ごま/いちご/

19

五目うどん
きなこポテト
バナナ

鶏もも肉・油揚げ・つと・人参・ほうれん草・ごぼう・長ねぎ・干し椎茸・たもぎ草・醤油・酢・唐辛子・削り節・昆布/フレンチポテト(冷凍)・きなこ/バナナ/

20

とりめし
さばのカレー揚げ
からし和え

米・麦・醤油・鶏がら・鶏むね肉・鶏もも肉・生姜・玉ねぎ/さば・醤油・生姜・カレー粉・小麦粉・片栗粉/焼き竹輪・小松菜・キャベツ・醤油・からし/

21

ご飯
みそおでん
鶏肉の竜田揚げ
りんご

焼き竹輪・ひじき入りがんも・うずら卵・こんにゃく・人参・大根・ふき・醤油・みそ・削り節・昆布/鶏もも肉・醤油・生姜・片栗粉・小麦粉/りんご/

24

かぼちゃパン
ワンタンスープ
お好み揚げ
フルーツミックス

ワンタン・豚肩肉・人参・ほうれん草・もやし・メンマ・長ねぎ・生姜・にんにく・醤油・鶏がら・豚骨・昆布・煮干し・玉ねぎ/あさり・えび・いか・ベーコン・キャベツ・切干大根・コーン・ひじき・小麦粉・卵・ベーキングパウダー・ケチャップ・ソース・かつお節・青のり/果物缶詰(みかん・パイナップル・黄桃・梨)/

25

厚揚げ入り肉炒め丼
みそ汁
甘夏

豚肩肉・メンマ・人参・もやし・小松菜・厚揚げ・片栗粉・醤油・玉ねぎ・りんご・ソース・生姜・にんにく・豆板醤・ごま油・ごま/じゃが芋・にら・みそ・削り節・昆布/甘夏/

26

しょうゆラーメン
フレンチポテト
パイ

ラーメン・豚もも肉・メンマ・生姜・にんにく・醤油・つと・もやし・玉ねぎ・人参・長ねぎ・ほうれん草・きわかめ・鶏がら・豚骨・昆布/フレンチポテト(冷凍)/パイ缶/

27

五目ごはん
みそ汁
鮭フライ

米・麦・鶏もも肉・油揚げ・白滝・人参・ごぼう・たけのこ・ひじき・干し椎茸・グリーンピース・醤油/高野豆腐・小松菜・みそ・削り節・昆布/サケフライ(冷凍)/

28

たきこみいなり
けんちん汁
さんまの竜田揚げ

米・麦・酢・油揚げ・人参・干し椎茸・ひじき・醤油・ごま・のり/鶏もも肉・豆腐・こんにゃく・人参・大根・ごぼう・長ねぎ・みそ・削り節・昆布/さんま・生姜・醤油・小麦粉・片栗粉/