

1月 給食だより

令和7年(2025年)12月25日発行

札幌市立南白石小学校

行事食～お正月の料理～

おせち



平安時代に宮中で行われていた「御節供（おせちく）」に由来しています。年に5回の節目の五節供（ごせつく）に神様にお供えをしていたのが、次第に正月に一番盛大に祝われるようになりました、「おせち」が正月のお祝い料理をさすようになりました。お重につめる料理それぞれに願いが込められています。

きんとん

「豊かな1年でありますように」

黄色を黄金、栗を小判に見立てています。



昆布巻き

「喜ぶ」

昆布は、「よろこんぶ」ということで、「喜ぶ」に通じる縁起物です。



なます

「縁起が良い」

にんじんの紅、大根の白がお祝いの水引を表しています。



雑煮



雑煮は、武士のもてなし料理である饗應膳の酒の肴の烹雑（ほうぞう）から始まったと言われています。地域ごとに様々な食材、調理法で作られ、伝承されてきました。北海道では、明治時代に開拓使が置かれ、全国から人が集まった影響で、多種多様な雑煮が作られているようです。



冬休みに作ってみよう！ラーメンサラダ



ラーメンサラダは、給食でとても人気のあるメニューです。きゅうりやハムを切ったり、ドレッシングを作ったりとお子さんができる調理もあります。ぜひ親子で一緒に作ってみてはいかがでしょうか？

〈材料〉(4人分)

中華めん(生)…70g(約1/2玉)
ハム………20g(1枚)
きゅうり……60g(1/2本)
もやし……60g(1/3袋)
ホールコーン…20g(大さじ1)
にんじん……20g(1/6本)
白いりごま……少々

A
しょうゆ…大さじ1
酢………小さじ2
砂糖………小さじ1
ごま油……少々
からし……少々

※めんのがびやすいので、食べる時間を見計らって調理しましょう。給食では衛生面に配慮して食材をゆでています。

《作り方》

- にんじん・ハム・きゅうりはせん切りにする。(型抜きにしてもよい)
- もやしとにんじんをゆでて冷やす。
- 中華めんは食べやすい長さに切り、ほどよい固さにゆでて冷やす。
- Aの調味料を合わせてドレッシングを作る。
- ①～③とホールコーンに白いりごまと④を加え、よく混ぜる。

1月のよていにこんだて

*牛乳（200ml・パック1個）は毎日つきます。
*果物は天候などの理由により、変更になる場合があります。
*使用する主な食材を載せています。

月	火	水	木	金
12日	13日	14日	15日	16日
			始業式	
			まめパン ポークシチュー こまつなサラダ いよかん	とうふいりカレーピラフ たらフライ ヨーグルトあえ
			豆パン/豚肉 にんにく セロリ ジャガイモ 人参 玉ねぎ さやいんげん トマト 鶏がらスープ/ハム 春雨 ひじき 小松菜/いよかん/	胚芽米 大麦 バター ベーコン 豆腐 人参 玉ねぎ マッシュルーム ハセリ/たら パン粉/缶詰(みかん、パン、桃、梨、夏みかん) ヨーグルト/
19日	20日	21日	22日	23日
しょうゆラーメン だいがくいも パイン（かんづめ）	わかめごはん けんちんじる あげぎょうざ	ごはん しらたまじる さんまのかばやき すのもの	コッペパン あさりのチャウダー たこやきふうてんぶら あまくさオレンジ	カレーライス たたききゅうり
ソフトラーメン 豚肉 メンマ しょうが にんにく つと もやし 玉ねぎ 豆腐 つきこんにゅく 人参 大根 ごぼう 人参 長ねぎ ほうれん草 くき わかめ 鳥がら 豚骨 昆布/さつまいも 水あめ 黒砂糖 ごま /パイン缶詰/	胚芽米 大麦 わかめ ごま/鶏肉 豆腐 つきこんにゅく 人参 大根 ごぼう 長ねぎ ほうれん草 くき わかめ 玉ねぎ 鶏肉 しょうが/ キヤッペ 玉ねぎ 鶏肉 しょうが/ わかめ 春雨/	精白米/白玉もち 鶏肉 高野豆腐 人参 ほうれん草 大根 ごぼう 長ねぎ 干しいたけ ムロアジ かつおぶし 昆布 /さんま しょうが ごま/きゅうり わか め 春雨/	コッペパン/あさり ベーコン ジャガイモ 玉ねぎ 人参 ハセリ バター 牛乳 豆乳 チーズ スキムミルク 鶏がらスープ/豆腐入り かまぼこ 卵 糸かつお 青のり/天草オ レンジ/	精白米 豚肉 ジャガイモ 玉ねぎ 人 参 セロリ りんご しょうが にんにく グリ ンピース 鶏がらスープ/きゅうり ごま/
26日	27日	28日	29日	30日
南白石小3~6年 スキー学習(給食なし)				
パスタクリームソース スパイシーポテト	ほうれんそうピラフ だいすコロッケ いよかん	とりてんどん みそしる (だいこん・あぶらあげ) ごまあえ	よこわりパンズ コーンクリームスープ イカバーグ あさりの スパゲティサラダ	ぶたすきどん みそしる (こうやどうふ・わかめ) おうとう (かんづめ)
ソフトパスタ ベーコン 小松菜 玉ねぎ たもぎたけ バター チーズ 牛乳 スキミルク 豆乳 豚骨スープ/じゃがいも いも カレーパウダー ナツメグ/	胚芽米 大麦 バター ベーコン 人 参 玉ねぎ にんにく コーン ほ うれん草/じゃがいも 大豆 玉 ねぎ パン粉/いよかん/	精白米 鶏肉 しょうが にんにく 卵/ 大根 油揚げ ムロアジ 昆布/ほうれん 草 はくさい ごま/	横割パンズ/コーン ベーコン 玉ねぎ 人参 ハセリ バター 牛乳 豆乳 スキムミルク チー ズ 鶏がらスープ/いかたら 玉ねぎ 卵 白/あさり しょうが スパゲティ きゅうり 人参 ごま/	白飯 豚肉 白滝 玉ねぎ 竹の子 た もぎたけ ほうれん草/高野豆腐 わか め 長ねぎ ムロアジ 昆布/黄桃(缶詰) /

食物アレルギー調査を行います。

3学期に食物アレルギー調査を行います。調査用紙にご記入いただき、提出をお願いいたします。

6年生は中学校での給食開始に向けて、裏面が「食物アレルギー対応食申請書」になっております。

裏面は、食物アレルギーがあり、給食での対応（家庭より持参、自己除去等）が必要な方のみご記入ください。

また、1~5年の新規アレルギーのお子さん、給食対応が必要なお子さんについては、必要な書類の提出をお願いしております。お子さんを通して順次お渡ししますので、記入後、学校まで提出をお願いいたします。