

7月給食だより

令和8年(2026年)6月30日発行

札幌市立東白石小学校
札幌市立南白石小学校

フードリサイクルってなんだろう？

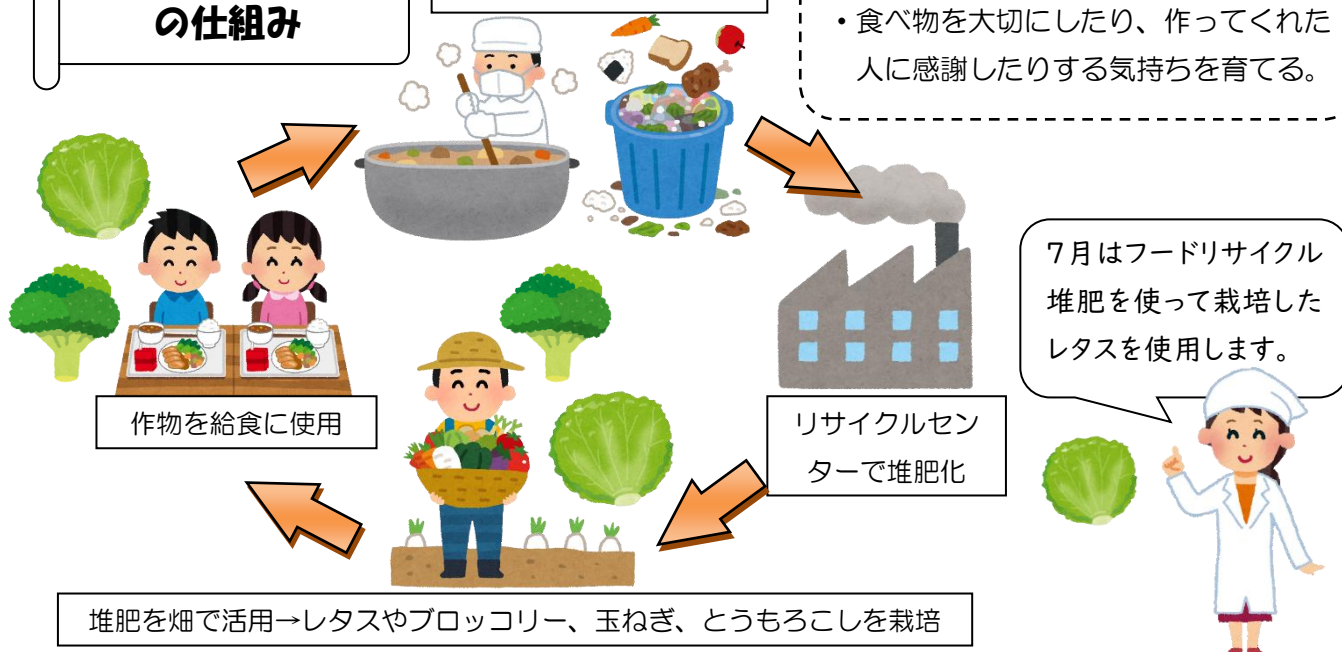
札幌市では、学校給食の調理くずや食べ残しなどの生ごみを堆肥化し、その堆肥を利用して栽培した作物を給食で使用する「さっぽろ学校給食フードリサイクル」という取組を行っています。環境問題や食品ロスについて考えるきっかけとなれば幸いです。

フードリサイクルの仕組み

給食調理時に出る
生ごみ・食べ残し

よいところ

- ・残した食べ物が無駄にならない。
- ・食べ物を大切にしたり、作ってくれた人に感謝したりする気持ちを育てる。



食中毒に注意!

だんだんと気温が高い日が増えてきました。札幌市では、最高気温 28℃以上が予想される日などに食中毒警報が出ます。これから暑い日が続きますので、家庭でも手洗いや食品の扱いに注意し、食中毒予防にご協力をお願いいたします。

〈食中毒予防の3原則〉

- ・菌をつけない …十分な手洗いや調理器具の洗浄
- ・菌を増やさない …食品の常温放置を避け、冷蔵庫などで保管する
- ・菌をやっつける …食品は、中まで十分に加熱する

どさんこフードマスターになろう

今年度、白石区では「北海道の食材」や「野菜の摂取量」などについて給食指導を行います。7月は道産の鹿肉を使用したカレーを提供します。「どさんこフードマスター」を目指して色々な道産食材を知ってみたいと思います。



7月の旬の食材

- ☆7月15日：レタス
- ☆7月21日：すいか



7月のよていにんだて

*牛乳 (200ml・パック1個) は毎日つきます。
 *果物は天候等の理由により、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 6日	火 7日	水 8日	木 9日	金 10日
	南白石小 5年 滝野宿泊学習 とさんごフードマスター 道産鹿肉使用	南白石小 5年 滝野宿泊学習	南白石小 5年 臨時休業日	
ごはん さつまじる シュウマイフリッター しょうがあえ (こまつな・もやし)	しかにくの パスタミートソース にんじんとコーンのサラダ	ひじきごはん みそしる (こうやどうふ・こまつな) メンチカツ	ごはん こまつなスープ ひじきはるまき マーボーなす	コッペパン ベーコンシチュー もやしのごまサラダ れいとうみかん
精白米/鶏肉 さつまいも 豆腐 こんにやく 人参 大根 ごぼう 長ねぎ ㇿㇿㇿ かつおぶし 昆 布/ひき肉 玉ねぎ 小麦粉 油 全卵 牛乳 ベーキングパウダー /小松菜 もやし しょうが/	ㇿㇿㇿㇿ 鹿肉 大豆 玉ねぎ 人参 マッシュルーム セリ にんにく パセリ トマト 鶏がらスープ/ロースム 人参 きゅうり コーン/	胚芽米 大麦 鶏肉 ひじき 油 揚げ 白滝 人参 ケリンベ-ス/高 野豆腐 小松菜 ㇿㇿㇿ 昆布/豚 肉 パン粉 玉ねぎ 大豆たん白/	精白米/ベ-コン 小松菜 春雨 コ ーン 鶏がらスープ 昆布 ㇿㇿㇿ/た けのこ 人参 豚肉 ひじき/な す 豚肉 人参 長ねぎ 干し いたけ しょうが にんにく/	コッペパン/ベ-コン じゃがいも 玉 ねぎ 人参 パセリ パター 牛乳 豆乳 チーズ スキミゆ 鶏がらスープ /ほうれんそう もやし コーン 人 参 ごま/みかん/
13日	14日	15日	16日	17日
		フードサイクルレタス使用		
スタミナどん みそしる (だいこん・あぶらあげ) れいとうみかん	ひやむぎ(きゅうり入り) フレンチポテト (れいとう) パイン (かんづめ)	レタスいり やきぶたチャーハン しろはなまめコロッケ おうとう (かんづめ)	ごはん みそしる (ごぼう・だいこん・にんじん) とんかつ ミニトマト	せわりコッペ むぎいりやさいスープ セルフドック パイン (かんづめ)
精白米 豚肉 ママ 人参 もや し なら 玉ねぎ りんご しょ うが にんにく ごま/大根 油 揚げ ㇿㇿㇿ 昆布/みかん/	ㇿㇿㇿㇿ 油揚げ 干ししいたけ つと きゅうり 長ねぎ ㇿㇿㇿ 昆布/じゃがいも/パイン/	胚芽米 大麦 豚肉 長ねぎ しょうが にんにく 人参 玉ね ぎ コーン 干ししいたけ レタス/白 花豆 じゃがいも パター パン粉/ 黄桃缶/	精白米/大根 人参 ごぼう ㇿㇿ ㇿ 昆布/豚肉 卵 パン粉/ミニ トマト/	背割コッペ/ベ-コン 人参 玉ね ぎ キャベツ セリ パセリ 大麦 鶏 がらスープ 鳥がら/鶏肉 豚肉/パ イン/
20日	21日	22日	23日	24日
海の日				終業式
	ピリカラひやしラーメン きなこポテト(れいとう) すいか	ほうれんそうピラフ チキンナゲット フルーツミックス (しるなし)	カレーライス こまつなとベーコンの サラダ	よこわりバンズ ポテトスープ フィッシュバーガーたら アイスクリーム
	ㇿㇿㇿㇿㇿ ハム 人参 きゅうり コーン 玉ねぎ しょうが にんに く ㇿㇿㇿ 昆布 ごま/フレンチ ポテト きな粉/すいか/	胚芽米 大麦 パター ベ-コン 人 参 玉ねぎ にんにく コーン ほ うれん草/鶏肉 パン粉 乾燥おか から クラッカー粉/缶詰 (みかん、パ イン、桃、梨) /	精白米 豚肉 じゃがいも 玉ね ぎ 人参 セリ りんご しょう が にんにく ケリンベ-ス 鶏がら スープ/小松菜 ベ-コン もやし ご ま/	横割パン/ベ-コン じゃがいも 人参 玉ねぎ パセリ 鶏がらスープ 鳥がら/たら パン粉/牛乳 水あ め 砂糖/