11月 きゅうしょくだより

札幌市立南月寒小学校
札幌市立あやめ野小学校
2026.10.28　発行

肌に触れる風もだんだんと冷たくなり、秋が深まってきましたね。11 月 23 日は勤労感謝の日です。給食に関わる人への感謝の気持ちを忘れずにいただきましょう。

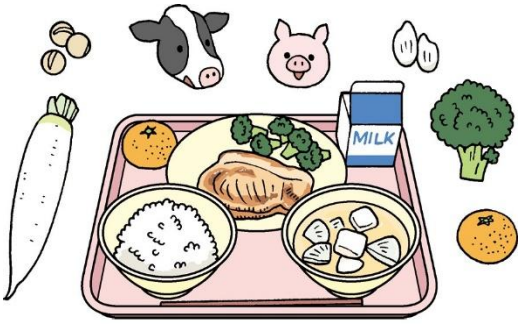
給食を支えるたくさんの人へ「ありがとう」

生産する人



いつも心をこめて野菜を育ててくれたり、海で新鮮な魚をとってくれています。

私たちの給食



作ってくれる人



みなさんの健康や笑顔のために手間をおしまず給食を作っています。

運んでくれる人



新鮮な食材を届けるために、みなさんが登校するより早く運んでくれています。

みなさんの「おいしい」という言葉や、残さずに食べてくれると、私たちはとてもうれしいです。言葉や行動で感謝の気持ちを伝えてみましょう。

11月24日は和食の日　受け継ごう 和食文化

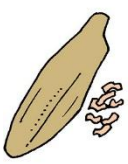
「和食の達人」では、和食のよさや魅力について学び、みなさん達人に少しずつ近づいてきました。「和食;日本の伝統的な食文化」は、2013年にユネスコ世界文化遺産に登録されました。和食文化を将来に渡って伝えていくために、私たちで和食文化を守っていきましょう。

和食文化を支える　いろいろなだし



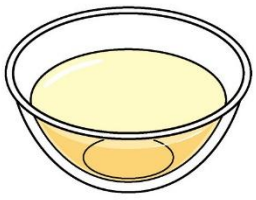
こんぶ

収穫したこんぶを干して、乾燥させたものです。



かつおぶし

かつおの身を煮てからいぶして乾燥させたものです。



煮干し

いわしなどの稚魚を煮て、干したものです。



干ししいたけ

しいたけを機械や天日で乾燥させたものです。



だしのうま味を
味わって食べるのじゃ！！



ⓒ少年写真新聞社2026



11月 よていこんだて



◆◆◆牛乳は毎日 200ml つきます。物流の関係で献立を変更することがあります。◆◆◆

月	火	水	木	金
2	3	4	5	6
豚すき丼 味噌汁 きびなごの カリカリフライ		ご飯 じゃがいものそぼろ煮 ひじき春巻 おひたし	きつねうどん ごまみそポテト みかん	ごぼうピラフ 北海道産ブリカツ 大根サラダ
白飯・豚肉・しらたき・玉ねぎ・たけのこ・たもぎたけ・ほうれんそう/じゃがいも・カットわかめ・長ねぎ/きびなごのカリカリフライ（冷凍）		白飯/豚ひき肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・大豆水煮・切り干し大根・さやいんげん・干しいたけ・しょうが/ひじき春巻(冷凍)/こまつな・もやし・糸かつお	ソフトめん・油揚げ・つと・干しいたけ・長ねぎ・たもぎたけ・ほうれんそう/じゃがいも・白ごま/みかん	米・おおむぎ・バター・ベーコン・ごぼう・玉ねぎ・人参・にんにく・ホールコーン・パセリ/北海道産ブリカツ(冷凍)/だいこん・まぐろ・きゅうり・人参・白ごま
9	10	11	12	13 祝
ご飯 豆腐のオイスターソース煮 ししゃものから揚げ 磯和え	ロールパン クリームシチューカレー風味 小松菜とベーコンのサラダ 洋なし缶	肉炒め丼 味噌汁 柿	ゆであげ シーフードトマトソース ストローポテトサラダ	赤飯 けんちん汁　味噌味 とり天 50周年お祝い給食
白飯/豆腐・豚肉・ピーマン・玉ねぎ・長ねぎ・人参・しょうが・にんにく・オイスターソース/カラフトししゃも・小麦粉/ほうれんそう・はくさい・もみのり	ロールパン/豚肉・セロリー・じゃがいも・玉ねぎ・人参・パセリ・小麦粉・バター・カレールウ・牛乳・豆乳・スキムミルク・チーズ/ベーコン・こまつな・もやし・白ごま/なし缶詰	白飯・豚肉・メンマ・人参・もやし・ほうれんそう・玉ねぎ・りんご・しょうが・にんにく・白ごま/キャベツ・油揚げ/かき	スパゲティ・パセリ・ベーコン・えび・いか・あさり・玉ねぎ・人参・セロリー・にんにく・パセリ・小麦粉・トマト缶詰/ハム・キャベツ・きゅうり・ホールコーン・じゃがいも・白ごま	米・甘納豆・黒ごま/鶏肉・豆腐・つきこんにゃく・人参・だいこん・ごぼう・長ねぎ/鶏肉・しょうが・にんにく・小麦粉・全卵
16	17	18	19	20
ご飯 芋団子汁 かれい唐揚げ （バーベキューソース） のりとあさりの佃煮	コッペパン コーンクリームスープ 白花豆コロッケ アップルゼリー	キーマカレー あさりのカリッとサラダ	塩ラーメン 大学芋 パイン缶詰 4年給食なし	ビビンバ かぼちゃチーズフライ フルーツミックス
白飯/鶏肉・じゃがいも・人参・だいこん・ごぼう・長ねぎ/かれい唐揚げ・玉ねぎ・しょうが・にんにく/あさり・しょうが・もみのり・ひじき	コッペパン/ホールコーン・クリームコーン・ベーコン・玉ねぎ・人参・パセリ・小麦粉・バター・牛乳・豆乳・スキムミルク・チーズ/白花豆コロッケ（冷凍）/りんごジュース・粉寒天	白飯・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・セロリー・しょうが・にんにく・大豆水煮・パセリ・レーズン小麦粉・トマト缶詰/あさり・しょうが・小麦粉・きゅうり・キャベツ・人参・白ごま	ソフトラーメン・豚肉・しょうが・にんにく・メンマ・つと・もやし・人参・玉ねぎ・はくさい・長ねぎ・ほうれんそう・カットわかめ/さつまいも・黒ごま/パイン缶詰	米・おおむぎ・豚ひき肉・焼き豆腐・メンマ・長ねぎ・しょうが・にんにく・人参・こまつな・もやし・白ごま/かぼちゃチーズフライ（冷凍）/みかん缶・パイン缶・黄桃缶・なし缶
23	24	25	26	27
	レーズンパン 白菜と肉ボールのクリーム煮 ほうれん草とコーンの サラダ 黄桃缶	和風そぼろごはん 味噌汁 さんまスパイス揚げ	カレーうどん 青のりポテト みかん	ツナライス メンチカツ サイコロサラダ
	レーズンパン/豚ひき肉・すりみ・焼き豆腐・玉ねぎ・はくさい・人参・マッシュルーム・パセリ・小麦粉・バター・チーズ・スキムミルク・牛乳・豆乳/ほうれんそう・ホールコーン・白ごま/黄桃缶詰	白飯・鶏ひき肉・焼き豆腐・切り干し大根・干しいたけ・ひじき・白ごま・しょうが・ごぼう・人参/だいこん・油揚げ/さんま・しょうが・にんにく・小麦粉	ソフトめん・鶏肉・油揚げ・人参・玉ねぎ・たけのこ・ごぼう・干しいたけ・ほうれんそう・たもぎたけ・長ねぎ・小麦粉/じゃがいも・青のり/みかん	米・おおむぎ・焼き豆腐・まぐろ・水煮・人参・ごぼう・干しいたけ・グリンピース/メンチカツ（冷凍）/ハム・人参・きゅうり・ホールコーン
30	12/1	12/2	12/3	12/4
ご飯 ピリカラすき焼き 揚げぎょうざ たたききゅうり	角食 ポトフ ほっけのごまフライ きなこクリーム	ご飯 いわしのかばやき 味噌汁 ごま和え	長崎ちゃんぽん （えび入り） スパイシーポテト バナナ	焼豚チャーハン 鶏肉の竜田揚げ フルーツミックス
白飯/豚肉・焼き豆腐・しらたき・玉ねぎ・はくさい・長ねぎ・たもぎたけ・白ごま・長ねぎ・にんにく・しょうが・りんご/ぎょうざ（冷凍）/きゅうり・白ごま	角食/チキンウインナー・ベーコン・キャベツ・じゃがいも・人参・だいこん・さやいんげん/ほっけ・小麦粉・全卵・パン粉・白ごま/豆乳・きな粉・コーンスターチ・バター	白飯/いわし・小麦粉・しょうが・白ごま/凍り豆腐・カットわかめ・長ねぎ/ほうれんそう・はくさい・白ごま	ソフトラーメン豚肉・しょうが・にんにく・えび・つと・もやし・人参・玉ねぎ・キャベツ・たけのこ・チンゲンツァイ・黒きくらげ・人参・長ねぎ/フレンチポテト/バナナ	米・おおむぎ・豚肉・長ねぎ・しょうが・にんにく・人参・玉ねぎ・ホールコーン・干しいたけ・グリンピース/鶏肉・しょうが・小麦粉/みかん缶・パイン缶・りんご缶・黄桃缶・なし缶