

2024年4月8日

札幌市立藤野中学校

札幌市立簾舞中学校

2・3年生用

4月給食だより

❀御進級 おめでとうございます。❀

給食調理校の藤野中学校では、札幌市の統一基準献立をもとに、民間の専門業者、札幌集団給食事業協同組合から派遣された調理員6名が、簾舞中学校と藤野中学校合わせて約500人分の給食を作ります。簾舞中学校では2名の配膳員さんが配膳下膳を行います。

給食時間は、「給食指導」と「食に関する指導」の2つを行う教育活動の時間です。

正しい手洗い、配膳方法、食器の並べ方、箸の使い方、食事のマナーなどを体得していきます。

食品の産地や栄養について学習したり、教科で学習したことを確認したりするなど、献立を教材として用いた指導を行います。



予 定 献 立

牛乳200mlは、毎日つきます。

月	火	水	木	金
8 <始 業 式> 	9 <入 学 式> 	10 ほうれん草ピラフ かぼちゃコロッケ フルーツミックス 胚芽精米、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／かぼちゃコロッケ（かぼちゃ、パン粉、乾燥マッシュポテト、玉ねぎ、脱脂粉乳、米粉、小麦粉）／缶詰（みかん・パイン・黄桃・梨・夏みかん）	11 ピリカラチキン みそ汁 ミニトマト 白飯、鶏肉、しょうが、小麦粉、片栗粉、厚揚げ、人参、たけのこ、玉ねぎ、ピーマン、オイスターソース、にんにく／もやし、油揚げ／ミニトマト	12 肉うどん きなこポテト 清見オレンジ ソフト麺、豚肉、油揚げ、つと、人参、ほうれん草、長ねぎ、干し椎茸、たもぎ茸、／じゃがいも、きな粉／清見オレンジ
15 焼き豚チャーハン いわしのカリカリフライ 中華サラダ 胚芽精米、大麦、豚肉、長ねぎ、しょうが、にんにく、人参、玉ねぎ、コーン、干し椎茸、グリーンピース、ごま油／いわしのかかりフライ（まいわし、水あめ、とうもろこし、じゃがいも、しょうが、片栗粉、米粉、パン粉）／ハム、春雨、きゅうり、もやし、人参、ごま油、ごま	16 ご飯 肉じゃが ほっけカレー揚げ のりの佃煮 白飯／豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、しらたき、人参、切り干し大根、さやいんげん、たもぎ茸、干し椎茸、しょうが／ほっけ、小麦粉、片栗粉／もみ海苔、ひじき、水あめ	17 背わりコッペ あさりのチャウダー 焼フランク もやしのカレーあえ 背割りコッペ／あさり、ベーコン、じゃがいも、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／フランク（豚肉、水あめ）／もやし、春雨、きゅうり、人参、ごま油	18 和風そばろご飯 みそ汁 しょうが和え 白飯、鶏ひき肉、豆腐、切り干し大根、干し椎茸、ごま、しょうが、ごぼう、人参、油揚げ、ひじき／じゃがいも、わかめ、長ねぎ／小松菜、もやし、しょうが	19 味噌ラーメン シナモンポテト 清見オレンジ ソフトラーメン、豚肉、玉ねぎ、人参、しょうが、にんにく、ごま、もやし、メンマ、ほうれん草、長ねぎ、茎わかめ／さつまいも／清見オレンジ 



22 わかめご飯 豚汁 さばスパイス揚げ	23 カレーライス あさりのサラダ 清見オレンジ	24 横割りハンズ イタリアンスープ ハンバーグ スライスチーズ キャロットゼリー	25 ご飯 マーボー豆腐 かれいの唐揚げ おろしソース ナムル	26 塩ラーメン バターポテト パイン缶詰
胚芽精米、大麦、炊き込みわかめ、ごま／豚肉、豆腐、じゃがいも、こんにゃく、人参、大根、玉ねぎ、ごぼう、長ねぎ、しょうが／さば、しょうが、にんにく、片栗粉、小麦粉	白飯、豚肉、じゃがいも、人参、玉ねぎ、セロリ、りんご、しょうが、にんにく、グリッピース、小麦粉／あさり、しょうが、きゅうり、キャベツ、人参、ごま油、ごま／清見オレンジ	横割りハンズ／ベーコン、じゃがいも、玉ねぎ、人参、コーン、パセリ、マカロニ／ハンバーグ（牛肉、玉ねぎ、豚肉、パン粉、卵、牛乳）／スライスチーズ／人参、オレンジジュース、粉寒天	白飯／豆腐、豚ひき肉、しょうが、にんにく、人参、長ねぎ、干し椎茸、オスターソース、片栗粉、／かれいの唐揚げ（かれい、片栗粉）／大根、しょうが、片栗粉／ハム、ほうれん草、もやし、人参、ごま油、ごま	ソフトラーメン、豚肉、しょうが、にんにく、メンマ、もやし、人参、玉ねぎ、白菜、長ねぎ、ほうれん草、わかめ、ごま油、ごま／じゃがいも、バター、牛乳、スキムミルク／パイン缶
29 	30 たきこみいなり 野菜コロッケ からしあえ	5/1 レーズンパン ポーククリームシチュー 厚揚げサラダ りんご	2 ご飯 すき焼き（豚肉） ひじき入りぎょうざ おかかふりかけ	3 
	胚芽精米、大麦、油揚げ、人参、干し椎茸、ひじき、ごま、海苔／野菜コロッケ（じゃがいも、豚肉、玉ねぎ、とうもろこし、人参、グリッピース、脱脂粉乳、小麦粉、パン粉、ごま／ハム、ほうれん草、もやし	レーズンパン／豚肉、じゃがいも、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／厚揚げ、しょうが、片栗粉、小麦粉、キャベツ、きゅうり、人参、ごま油、ごま／りんご	白飯／豚肉、豆腐、しらたき、玉ねぎ、白菜、長ねぎ、たまご茸、焼きふ、春菊、干し椎茸／ひじき入りぎょうざ（キャベツ、豚肉、ひじき、鶏肉、長ねぎ、片栗粉、ごま油、しょうが、椎茸、ホタテエキス、かきエキス、小麦粉）／しらす干し、系かつお、海苔、ごま	

☆野菜や果物は、入荷状況により変更になる場合があります。

☆「わかめ」や「しらす干し」などの海産物には、えび・かに・いか等の魚介類が混入している場合があります。

☆使用材料は、調理料等は記載しておりません。詳しい原材料を知りたい方は、藤野中学校栄養教諭まで御連絡ください。

★ごはん・パン・めんについて

ごはん…米飯給食は週に3回実施します。お米は道産米で、味付きごはん（自校炊飯）には胚芽精米と大麦を使用しています。

パン…道産小麦を100%使用しています。ロールパンや豆パンなど、様々な種類のパンをメニューに合わせて使い分けます。

めん…うどんやラーメン、パスタなどの麺類には「はるゆたか」や「キタホナミ」などの道産小麦を使用しています。



おかず（主菜・副菜・汁物）について

*スープやだし汁は、豚骨や鶏がら、昆布、削り節、煮干しなどを使い、給食室で作っています。

*カレーのブラウンルウや、シチューのホワイトルウも、時間をかけてじっくり作っています。

*かまぼこやコロッケ、ハンバーグ等は、原料配合を指定した、札幌市独自の特注品です。

栄養について

1日に必要な栄養価の3分の1を摂取することができるよう献立を考えています。特に不足しがちな栄養素は、摂取割合を増やしています。

☆アレルギーのあるお子様は、該当する食材が含まれていないかどうか、御家庭で毎日必ず御確認ください。