

12月給食だより

令和7年(2025年)年11月28日

札幌市立簾舞中学校



予定献立

牛乳200mlは、毎日つきます。

月	火	水	木	金
1	2 給食初登場メニュー	3	4	5
しょうゆラーメン フレンチポテト パイン缶	ポークウインナーライス カレーコロッケ 小松菜とコーンのサラダ	ごはん 豆腐のトロトロ煮 えびシュウマイ ごま和え	黒コッペパン キャロットポタージュ チキンナゲット もやしのごまサラダ	豚ミックス丼 味噌汁 黄桃缶
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、人参、長ねぎ、ほうれん草、茎わかめ/じゃがいも/パイン缶 	胚芽米、大麦、バター、トマト缶、ポークウインナー、玉ねぎ、人参、マッシュルーム、グリーンピース/じゃがいも、豚肉、玉ねぎ、牛乳、小麦粉、パン粉/ハム、小松菜、コーン、ごま	ごはん/豆腐、鶏挽肉、小松菜、長ねぎ、人参、しょうが、にんにく、片栗粉/玉ねぎ、イトヨリダイ、えび、豚脂、パン粉、魚介エキス、小麦粉、ほうれん草、もやし、すりごま	黒コッペパン/ベーコン、玉ねぎ、人参、じゃがいも、パセリ、小麦粉、バター、チーズ、スキムミルク、牛乳、豆乳、鶏肉、植物性たんばく、パン粉、片栗粉、おから、小麦粉、コーンフラワー、コーングリッツ、パン粉、クラッカー粉/小松菜、もやし、人参、すりごま	ごはん、豚肉、しょうが、片栗粉、小麦粉、厚揚げ、玉ねぎ、たけのこ、人参、ピーマン、ごま/白菜、油揚げ/黄桃缶 
8	9	10北海道を食べよう!	11	12 
パスタミートソース スイートパンプキン グレープゼリー	わかめごはん さつま汁 ぎょうざ	ごはん チェプオハウ  ハンバーグきのこソース おひたし	横割りバンズ ポーククリームシチュー ほっけのオートミールフライ スライスチーズ パイン缶詰	ごはん 根菜のスープカレー あさりのスパゲティサラダ
← 給食週間 →				
ソフトパスタ、豚ひき肉、水煮大豆、玉ねぎ、人参、マッシュルーム、セロリ、しょうが、にんにく、パセリ、小麦粉、トマト缶、デミグラスソース、ぶどう果汁/かぼちゃ、バター、牛乳、生クリーム	胚芽米、大麦、炊き込みわかめ、ごま/豚肉、さつまいも、豆腐、こんにゃく、人参、大根、ごぼう、長ねぎ、しょうが/豚肉、キャベツ、玉ねぎ、葉ねぎ、にら、にんにく、しょうが、人参、椎茸、大豆たんぱく、小麦粉	ごはん/鮭、じゃがいも、人参、大根、こんにゃく、長ねぎ/牛肉、玉ねぎ、豚肉、パン粉、鶏卵、牛乳/たもぎ茸、しめじ、エノキダケ、干し椎茸/小松菜、白菜、糸かつお	横割りバンズ/豚肉、じゃがいも、人参、玉ねぎ、パセリ、小麦粉、バター、牛乳、豆乳、チーズ、スキムミルク/ほっけ、小麦粉、卵、オートミール、パン粉/スライスチーズ/パイン缶	ごはん、にんにく、じゃがいも、ごぼう、人参、大根、玉ねぎ、セロリ、りんご、しょうが、にんにく、トマト缶/あさり、しょうが、スパゲティ、きゅうり、人参、ごま
15	16	17	18	19
味噌バターコーンラーメン チーズポテト 黄桃缶	五目ごはん 高野豆腐のフライ 磯和え	ごはん 豆腐の中華煮(えび入り) ししゃものから揚げ ナムル	ロールパン コーンクリームスープ フライドチキン りんご 	和風そぼろごはん 味噌汁 からし和え
ソフトラーメン、豚挽肉、玉ねぎ、人参、しょうが、にんにく、ごま、豚肉、しょうが、もやし、玉ねぎ、メンマ、人参、ほうれん草、長ねぎ、バター、コーン/じゃがいも、バター、チーズ、牛乳、スキムミルク/黄桃缶	胚芽米、大麦、鶏肉、油揚げ、しらたき、人参、ごぼう、たけのこ、ひじき、干し椎茸、グリーンピース/高野豆腐、小麦粉、ごま/小松菜、もやし、もみのり	ごはん/豆腐、豚肉、えび、人参、玉ねぎ、たけのこ、たもぎ茸、干し椎茸、きくらげ、しょうが、にんにく、片栗粉/カラフトししゃも(子持ち)、小麦粉、片栗粉/ハム、小松菜、もやし、人参、ごま	ロールパン/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/鶏肉、にんにく、牛乳、小麦粉、片栗粉/りんご	ごはん、鶏挽肉、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/大根、油揚げ/ハム、ほうれん草、白菜

22 冬至献立	23	24	25	26
肉うどん かぼちゃのいとこ煮 みかん 	豆腐入りカレーピラフ 釧路産たらフライ フルーツサワー	ごはん 醤油おでん ひじき春巻 おかかふりかけ	終業式 	冬休み  ※1/15 始業式は給食無しです。
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/かぼちゃ、小豆、白玉もち/みかん	胚芽米、大麦、ベーコン、豆腐、人参、玉ねぎ、マッシュルーム、グリーンピース/たら、パン粉、小麦粉、片栗粉、ライ麦粉、コーンフラワー/缶詰(みかん・パイン・黄桃・梨・夏みかん・ヨーグルト	ご飯/ひじき入りさつま揚げ、豆腐入りかまぼこ、うずら卵、ひじき入りがんも、厚揚げ、こんにゃく、人参、大根、ふき水煮、根昆布/たけのこ、人参、豚肉、ひじき、片栗粉、小麦粉/しらす干し、系かつお、切り海苔、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、調味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。

☆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。



12月8日～12日は給食週間です！

12月8日(月)～12月12日(金)は、給食週間です。普段食べている給食がどんなふうになられているのか、作る様子や調理員さんをご紹介します。

また、北海道にゆかりのある食材や料理をピックアップし、給食の歴史についても紹介します。

そして、12月11日は…
何かいいことがあるかもしれません！
お楽しみに！！



冬至には「ん」のつく食べものを！

冬至は、一年間で最も日照時間の短くなる日で、今年は12月21日です。

冬至には「ん」のつく食べ物を食べると、運気が上がって元気に過ごせると言われています。

給食では、12月22日に『肉うどん』『かぼちゃ(なんきん)のいとこ煮』『みかん』を提供します。**ん**のつく食べ物を食べて、寒い季節を乗り切りましょう！



今月の北海道を食べよう！

アイヌ料理チェプオハウ

アイヌの世界では、鮭は神が人間のために送ってくれた魚とされ「カムイチェプ(神の魚)」と呼ばれていました。今月の「北海道を食べよう！」では、北海道産の鮭で「チェプ(魚)オハウ(汁物)」を紹介します。

給食週間中の12月10日(水)に登場します！

楽しみにしていてくださいね！

