



給食だより

令和7年（2025年）4月8日
札幌市立中沼小学校



<4月予定献立>

*果物は天候や生育状況によって、変更になる場合があります。ご了承ください。
*使用食材については、裏面をご覧ください。

*「あさり」「のり」「わかめ」などの海産物全般に、漁法や餌の関係で小さな「えび」「かに」が混入する場合があります。ご了承ください。*牛乳（200ml）は毎日つきます。

<お願い>

・衛生的な食事をするために、清潔なランチマット、エプロン、三角巾、マスクを忘れずに持たせてください。

	8日 始業式	9日 五目ごはん 味噌汁 北海道産ブリカツ	10日 白飯 けんちん汁 サバ揚げ・バーベキューソース ごま和え	11日 背割コッペ 味噌ワタンスープ 十勝大豆コロッケ チョコクリーム
14日 カレーライス 小松菜と ベーコンのサラダ	15日 パスタミートソース フレンチポテト	16日 コーンピラフ チキンナゲット フルーツカクテル	17日 ご飯 マーボー豆腐 子持ちカラフトししゃものから揚げ 磯和え	18日 ロールパン ポーククリームシチュー あさりのスパゲティサラダ 清見オレンジ
1年生 給食開始				
21日 肉炒め丼 すまし汁 シューシーオレンジ	22日 醤油ラーメン ごまポテト りんご	23日 とりめし 味噌汁 南瓜コロッケ	24日 ご飯 豚汁 さんまのかば焼き のりの佃煮	25日 黒コッペ チキンクリーム煮 コールスローサラダ パイン缶
28日 鶏ミックス丼 味噌汁 黄桃缶	29日 昭和の日	30日 たきこみいなり メンチカツ おひたし	5月1日 和風そぼろごはん 味噌汁 ほっけのカレー揚げ	2日 横割バンズ コーンシチュー レバー入りハンバーグ・ ケチャップソース 大根サラダ

<札幌の学校給食>

<ごはん>

- ・米飯給食は週3回です。
- ・お米は道産米です。
（ななつぼし・ゆめぴりか）
- ・味付けご飯には、胚芽精米を使用し、食物繊維摂取のため、麦を加えます。

<めん・牛乳>

- ・うどん、パスタ、ラーメンなどは、一人分ずつ小袋に入れて、温かい状態で学校へ届けられます。
- ・牛乳は市販のものと同じです。

<パン>

- ・無漂白小麦粉を使用し、食品添加物はできるだけ使用せずに作っています。
- ・原料小麦粉は北海道小麦粉 100%
- ・いろいろな種類のパンがあります。
（ロールパン ツイストパン 豆パン レーズンパン 角食など）

<おかず>

- ・スープやだし汁をとる時は、化学調味料は使用せず、昆布、削り節を使用します。
- ・カレーライスなどのルウも小麦粉と油で作ります。

★札幌市の給食について★

札幌市の献立は、保護者の代表も構成員としている学校給食運営委員会に諮り、統一基準献立を決定しています。学校では、統一基準献立をもとに食指導に合わせて献立の変更を行います。また、工場の作業能力や衛生管理の面から主食の曜日指定が行われています。本校は基本的には以下の通りです。

令和7年度は、月・木曜日は白飯、火曜日は麺、水曜日は自校炊飯、金曜日はパンとなっています。

<おしらせ>

★学校給食用食器における樹脂食器の一部導入について★

令和6年度まで強化磁器製の丼を使用していましたが、4月より樹脂製の丼に変更となります。



9日(水)
<五目ごはん>
 胚芽米 大麦 鶏肉 油
 揚げ 白滝 人参 ごぼ
 う 竹の子 椎茸 ひじ
 き グリンピース 油
 醤油 きび砂糖 酒 み
 りん
<味噌汁>
 豆腐 わかめ 長ねぎ
 味噌 だし汁(昆布・ムロ)
<北海道産ブリカツ>
 ぶり 小麦粉 大豆 片
 栗粉 油

10日(木)
<ご飯>
<けんちん汁>
 鶏肉 酒 豆腐 こんにゃく 人参
 大根 ごぼう 長葱 油 醤油 塩
 だし汁(昆布・ムロ)
<サバ揚げ>
<バーベキューソース>
 サバ 酒 小麦粉 片栗粉 油 玉
 葱 生姜 にんにく 醤油 ソース
 砂糖 みりん
<ごま和え>
 ほうれん草 もやし ごま 醤油
 砂糖

11日(金)
<背割コップ>
<味噌ワタンスープ>
 ワンタン 豚肉 人参 ほうれ
 ん草 もやし 玉葱 メンマ
 長葱 生姜 にんにく 油 醤
 油 酒 スープ(鶏がら・豚骨・
 昆布・煮干し)
<十勝大豆コロッケ>
 じゃがいも 玉葱 大豆 小麦
 粉 とうもろこし 砂糖 カレ
 ー粉 油
<チョコクリーム>
 豆乳 チョコレート ココア
 コンスターチ 砂糖

14日(月)
<カレーライス>
 ご飯 豚肉 ワイン じゃがいも 玉葱 人参
 セロリー りんご にんにく 生姜 グリンピー
 ス 油 小麦粉 カレー
 粉 カレールウ ソース
 ケチャップ 醤油 塩
 オールスパイス ナツメ
 グ 鶏がらスープ
<小松菜と
ベーコンのサラダ>
 ベーコン 小松菜 もやし
 醤油 酢 油 砂糖
 ごま

15日(火)
<パスタ>
<ミートソース>
 パスタ 油 豚肉 大豆
 玉葱 人参 マッシュ
 ルーム にんにく 生姜
 パセリ セロリー 小麦
 粉 カレー粉 デミグラ
 スソース ソース ケチ
 ャップ 醤油 塩 こし
 ょう オールスパイス
 ナツメグ ワイン 鶏が
 らスープ
<フレンチポテト>
 フレンチポテト 油 塩
 こしょう

16日(水)
<コーンピラフ>
 胚芽米 大麦 バター
 コーン 玉葱 ベーコン
 人参 パセリ マッシュ
 ルーム 油 塩 こしょ
 う
<チキンナゲット>
 鶏肉 大豆 バン粉 片
 栗粉 おから 油
<フルーツカクテル>
 みかん缶 バイン缶 洋
 ナン缶 黄桃缶 夏みか
 ん缶 りんごジュース
 砂糖 ワイン

17日(木)
<ご飯>
<マーボー豆腐>
 豆腐 豚肉 生姜 にん
 にく 油 人参 長葱
 椎茸 味噌 醤油 砂糖
 酒 ごま油 豆板醤 片
 栗粉
<子どもカラフト
ししゃものから揚げ>
 ししゃも 小麦粉 片栗
 粉 油 醤油 砂糖 み
 りん 酢
<磯和え>
 小松菜 もやし のり
 醤油

18日(金)
<ロールパン>
<ポーーククリーム
シチュー>
 豚肉 ワイン じゃがい
 も 玉葱 人参 パセリ
 油 小麦粉 バター チ
 ーズ 牛乳 豆乳 スキ
 ムミルク 鶏がらスープ
<あさりの
スパゲティサラダ>
 あさり スパゲティ 生
 姜 醤油 砂糖 酒 き
 ゆうり 人参 酢 味噌
 ごま ごま油
<清見オレンジ>



21日(月)
<肉炒め丼>
 ご飯 豚肉 メンマ 人
 参 油 もやし 小松菜
 片栗粉 油 醤油 みり
 ん 玉葱 りんご ソー
 ス 生姜 にんにく 豆
 板醤 ごま 砂糖 ごま
 油
<すまし汁>
 豆腐 わかめ 椎茸 長
 ねぎ 醤油 酒 だし汁
 (昆布・ムロ)
<ジュシー
オレンジ>

22日(火)
<醤油ラーメン>
 ラーメン 豚肉 かまぼ
 こ メンマ もやし 玉
 葱 人参 長葱 ほうれ
 ん草 茎わかめ 醤油
 みりん 酒 油 スープ
 (鶏がら・豚骨・昆布)
<ごまポテト>
 フレンチポテト 油 ご
 ま 砂糖 塩
<りんご>

23日(水)
<とりめし>
 胚芽米 大麦 鶏肉
 玉葱 生姜 鶏がらス
 ープ 醤油 酒 砂糖
<味噌汁>
 油揚げ 小松菜 えの
 きだけ 味噌 だし汁
 (昆布・ムロ)
<南瓜コロッケ>
 南瓜 バン粉 じゃが
 いも 玉葱 油 スキ
 ムミルク 米粉 小麦
 粉 砂糖 油

24日(木)
<ご飯>
<豚汁>
 豚肉 豆腐 じゃがいも
 こんにゃく 人参 大根
 玉葱 ごぼう 生姜 油
 味噌 酒 だし汁(昆布・
 ムロ)
<さんまのかば焼き>
 さんま 酒 片栗粉 小麦
 粉 油 醤油 砂糖 みり
 ん 生姜 ごま
<のりの佃煮>
 のり ひじき 醤油 砂糖
 水あめ みりん 酒

25日(金)
<黒コッパン>
<チキンクリーム煮>
 鶏肉 マカロニ 玉葱
 人参 マッシュルーム
 パセリ 油 小麦粉 バ
 ター チーズ 牛乳 豆
 乳 スキムミルク ワイ
 ン 鶏がらスープ
<コールスロー
サラダ>
 キャベツ 人参 コーン
 砂糖 酢 油 こしょう
 からし
<バイン缶>



28日(月)
<鶏ミックス丼>
 ご飯 鶏肉 酒 醤油
 生姜 片栗粉 小麦粉
 油 厚揚げ 玉葱 竹の
 子 人参 ピーマン 椎
 茸 砂糖 みりん ごま
<味噌汁>
 じゃがいも にら 味噌
 だし汁(昆布・ムロ)
<黄桃缶>



30日(水)
<たきこみいなり>
 胚芽米 大麦 油揚げ
 人参 椎茸 ひじき の
 り 醤油 砂糖 酢 ご
 ま
<メンチカツ>
 豚肉 バン粉 玉葱 大
 豆 片栗粉 小麦粉 砂
 糖 油
<おひたし>
 小松菜 もやし 糸かつ
 お 醤油

5月1日(木)
<和風そぼろごはん>
 ご飯 鶏肉 豆腐 切干大
 根 椎茸 ひじき ごま
 生姜 油 ごぼう 人参
 味噌 醤油 酒 砂糖 一
 味唐辛子
<味噌汁>
 厚揚げ 小松菜 味噌 だ
 し汁(昆布・ムロ)
<ほっけカレー揚げ>
 ほっけ 酒 カレー粉 醤
 油 片栗粉 小麦粉 油

2日(金)
<横割パンズ>
<コンシチュー>
 ベーコン コーン 玉葱
 人参 じゃがいも パセリ
 小麦粉 バター 油 チー
 ズ 牛乳 豆乳 スキミ
 ルク ワイン 塩 鶏がら
 スープ
<レバー入り
ハンバーグ>
 牛肉 豚肉 豚レバー 玉
 葱 塩 油
<大根サラダ>
 大根 ツナ きゅうり 人
 参 砂糖 酢 醤油 ごま
 ごま油

