

きゅうしょくだよい

11月

2026年10月30日 札幌市立二条小学校

「北海道をまるごと食べよう！週間」を実施します！

中央区の小・中学校では毎年、「北海道をまるごと食べよう週間」を実施しています。

二条小学校では、11月16日（月）～20日（金）に、北海道の郷土料理や北海道産の食材を使った料理、ご当地の名物料理などが毎日給食に登場します。北海道の豊かな食をおいしく味わうことを通して、ふるさと北海道について楽しく学んでほしいと思います。

期間中のレシピは、学校ホームページの給食だよりのコーナーへ掲載しますので、ぜひご活用ください。

☆登場予定献立☆



11/16 (月)
芋団子汁



11/17 (火)
鹿肉のチリコンカン



11/18 (水)
ザンタレ丼



11/19 (木)
室蘭カレーラーメン



11/20 (金)
芽室コーンチャーハン





北海道のものを食べて、
北海道の生産者を
応援しよう！

お楽しみに♪

日本の食文化について考えよう～和食～

11月24日は「いい＝11、にほんしょく＝24」の語呂合わせで「和食の日」です。日本の伝統的な食文化を見直し、和食文化の保護・継承の大切さについて考える日と制定されています。「和食」は日本の伝統的な食文化としてユネスコ無形文化財に登録されています。世界に誇れる「和食」には、「自然を尊ぶ」という日本人の気質に基づいた食に関する「習わし」を含めた意味合いがあるのです。今年度の9月には、6年生の食指導でも「和食の良さ」について考える学習を実施しています。

1. 多様で新鮮な食材やその持ち味の尊重

日本は周辺を海に囲まれた島国であり、山や川、盆地など豊かな自然が広がっており、各地で地域に根差した様々な食材が楽しめます。

また、食材の味わいを活かすための調理技術・調理道具が発達しています。

2. 健康的な食生活を支える栄養バランス

一汁三菜を基本とする和食は理想的な栄養バランスといわれています。だしなどの「うまみ」を引き出し活かすことにより、塩分や動物性油脂の少ない食事を実現しており、日本人の長寿や肥満防止に役立っています。

和食の4つの特徴

3. 自然の美しさや季節の移ろいの表現

四季のある日本は、食事に旬のものを取り入れ季節を感じ生活を楽しみます。季節の花や葉などで料理を飾り付けたり、季節に合った器を利用したりして、季節感を楽しみます。



4. 年中行事との関わり

正月おせちや十五夜の月見団子など、日本の年中行事に関わる特別な料理があります。一緒に食事をとりながら時間や空間を共有することで、家族や地域の絆が強くなります。



11月のよていこんだて

※牛乳は毎日200mlつきます。
※献立内容（果物など）は仕入れの状況などにより変更になる場合があります。

月 2日	火 3日	水 4日	木 5日	金 6日
振替休業日 	文化の日 	味噌かつ丼 すまし汁 しょうが和え 白飯、豚肉、塩、胡椒、酒、小麦粉、 卵 、パン粉、油、赤みそ、醤油、砂糖、酒、みりん、ごま油、ごま/豆腐、塩わかめ、椎茸、長ねぎ、醤油、酒、塩、(宗田、削節、昆布)/小松菜、白菜、しょうが、醤油、酒	ハースターフードトマトソース ストローポテトサラダ ソフトパスタ、ベーコン、むき えび 、いか、ワイン、あさり、玉ねぎ、にんじん、マッシュルーム、セロリ、にんにく、オリーブ油、パセリ、小麦粉、カレー粉、ケチャップ、ビュレ、トマト缶、オスターソース、中濃ソース、醤油、塩、胡椒、オレガノ、ワイン、鶏がらスープ/ハム、キャベツ、きゅうり、コーン、じゃがいも、油、酢、砂糖、醤油、塩、胡椒、白ごま/	ビビンバ 白花豆コロッケ フルーツカクテル 胚芽米、大麦、豚肉、焼き豆腐、メンマ、油、酒、みりん、豆板醤、にんじん、ごまつな、もやし、白ごま、長ねぎ、生姜、にんにく、醤油、砂糖、酢、ごま油、唐辛子/白花豆コロッケ(白花豆、マッシュポテト、砂糖、 バター 、 小麦粉 、塩、米粉、小麦粉)、油/みかん缶、パイ缶、黄桃缶、なし缶、夏みかん缶、りんごジュース、上白糖、ワイン/
9日	10日	11日	12日	13日
ご飯 豆腐のオスターソース煮 子持ちししゃものから揚げ 磯和え	角食 ポトフ ほっけのごまフライ きなこクリーム	キーマカレー あさりのカツとサラダ	たぬきうどん(えび入り) バターポテト 柿	ツナライス メンチカツ サイコロサラダ
白飯、豆腐、豚肉、ピーマン、玉ねぎ、長ねぎ、にんじん、生姜、にんにく、油、醤油、砂糖、オスターソース、塩、胡椒、酒、みりん、でん粉/カラフトししゃも(子持ち)、酒、小麦粉、でん粉、油、醤油、砂糖、みりん、酢/ほうれんそう、はくさい、切りのり、醤油/	角食(卵 ・ 小麦粉)チキンウインナー、ベーコン、キャベツ、じゃがいも、にんじん、だいこん、さやいんげん、塩、砂糖、醤油、ワイン、胡椒、鶏がらスープ/ほっけ、塩、胡椒、酒、小麦粉、 卵 、パン粉、白ごま、油/豆乳、きな粉、砂糖、コーンスターチ、塩、 バター /	白飯、豚肉、玉ねぎ、にんじん、セロリ、生姜、にんにく、大豆水煮、パセリ、レーズン、油、小麦粉、カレー粉、オスターソース、中濃ソース、トマト缶、ケチャップ、醤油、ワイン、塩、胡椒、オレガノ、 イタダキ /あさり、生姜、みりん、小麦粉、でん粉、油、きゅうり、キャベツ、にんじん、醤油、酢、砂糖、辛子、ごま油、白ごま/	ソフトめん、むき えび 、あさり、にんじん、春菊、ごぼう、切干大根、ひじき、小麦粉、 卵 、油、鶏肉、つと、ほうれん草、長ねぎ、たまごたけ、椎茸、醤油、砂糖、酒、みりん、酢、唐辛子、(削節、昆布)/じゃがいも、 バター 、上白糖、 牛乳 、 小麦粉 、塩、かき	胚芽米、大麦、豆腐、焼き豆腐、まぐろ水煮、にんじん、ごぼう、椎茸、グリビース、油、醤油、砂糖、酒、みりん、塩、メンチカツ(豚肉、パン粉・玉ねぎコロッケ、油/みかん缶、パイ缶、糖、塩等)、油/ハム、にんじん、きゅうり、コーン、醤油、酢、砂糖、ごま油、辛子/
16日	17日	18日	19日	20日
ご飯 芋団子汁 ぎょうざ 納豆 手巻きのり	背割コッペ 鹿肉のチリコンカン かぼちゃチーズフライ オニオンチップサラダ	ザンタレ丼 味噌汁 からし和え	カレーラーメン 大学芋 みかん	芽室コーンチャーハン 北海道玉ねぎコロッケ フルーツミックス
白飯、鶏肉、じゃがいも、でん粉、にんじん、だいこん、ごぼう、油、長ねぎ、醤油、酒、塩、(むろあじ、昆布、宗田)/ぎょうざ(キャベツ、玉ねぎ、ネギ、にら、豚肉、鶏肉、大豆蛋白、醤油、塩、砂糖、小麦粉、でん粉他)、油/納豆、醤油/手巻きのり	背割コッペパン(卵 ・ 小麦粉)、鹿肉、豚肉、いんげんまめ、玉ねぎ、にんじん、パセリ、油、砂糖、ケチャップ、ビュレ、デミグラスソース、オスターソース、中濃ソース、醤油、塩、胡椒、カレー粉、チリパウダー、パブリカ、オレガノ、 イタダキ 、鶏がらスープ/かぼちゃ チーズ フライ、油/ハム、キャベツ、きゅうり、コーン、玉ねぎ、でん粉、油、酢、上白糖、醤油、塩、胡椒、白ごま/	白飯、鶏肉、醤油、酒、しょうが、にんにく、でん粉、砂糖、みりん、酢、黒こしょう、こねぎ/キャベツ、油揚げ、味噌(むろあじ、昆布)/ハム、ごまつな、もやし、醤油、砂糖、からし	ソフトラーメン、豚肉、酒、生姜、にんにく、油、メンマ、もやし、はくさい、にんじん、玉ねぎ、ほうれん草、長ねぎ、わかめ、小麦粉、カレー粉、 卵 、醤油、オスターソース、みそ、塩、胡椒、ビュレ、りんご、(鳥がら、豚骨、煮干し、昆布)/さつまいも、油、水、あめ、黒砂糖、醤油、酢、黒ごま/みかん	胚芽米、大麦、醤油、酒、油、豚肉、長ねぎ、しょうが、にんにく、みりん、人参、玉ねぎ、椎茸、ごま油、塩、黒こしょう、コーン、 バター /北海道玉ねぎコロッケ、油/みかん缶、パイ缶、りんご缶、黄桃缶、梨缶、上白糖
23日	24日	25日	26日	27日
勤労感謝の日 	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	和風そばろごはん 味噌汁 さんまスパイス揚げ	きつねうどん 青のりポテト りんご	きのこごはん 味噌汁 ブリカツ
	レーズンパン(卵 ・ 小麦粉 ・レーズン)豚肉、すりみ、焼き豆腐、玉ねぎ、胡椒、でん粉、はくさい、にんじん、マッシュルーム、パセリ、小麦粉、 バター 、 チーズ 、 小麦粉 、 牛乳 、豆乳、塩、油、ワイン、鶏がらスープ/ほうれん草、コーン、白ごま、油、砂糖、酢、醤油/黄桃缶	白飯、鶏肉、焼き豆腐、切り干し大根、椎茸、白ごま、生姜、ごぼう、にんじん、油揚げ、ひじき、醤油、みそ、みりん、油揚げ、砂糖、酒、唐辛子、油/じゃがいも、塩わかめ、長ねぎ、みそ、(むろあじ、昆布)/さんま、生姜、にんにく、酒、醤油、塩、でん粉、小麦粉、カレー粉、チリパウダー、胡椒、油/	ソフトめん、油揚げ、つと、椎茸、長ねぎ、たまごたけ、ほうれん草、醤油、砂糖、酒、みりん、酢、唐辛子、(削節、昆布)/フレンチポテト、油、塩、胡椒、青のり/りんご	胚芽米、大麦、塩、油揚げ、にんじん、ごぼう、ひじき、えのきたけ、ぶなしめじ、たまごたけ、椎茸、グリビース、油、醤油、砂糖、酒、みりん/厚揚げ、ごまつな、みそ、(むろあじ、昆布)/ぶりカツ、油/
30日	1日	2日	3日	4日
いわしかば焼き丼 けんちん汁 醤油味 バナナ	黒コッペパン クリームシチュー風味 小松菜とベーコンのサラダ 洋なし缶	豚すき丼 味噌汁 ひじき春巻	長崎ちゃんぽん(えび入り) スパイシーポテト パイ缶詰	ごぼうピラフ 高野豆腐のフライ 大根サラダ
白飯、まいわし、小麦粉、油、醤油、砂糖、酒、みりん、生姜、白ごま、でん粉/鶏肉、豆腐、こんにゃく、にんじん、だいこん、ごぼう、長ねぎ、油、醤油、塩、酒、(むろあじ、昆布、宗田)/バナナ	黒コッペパン(卵 ・ 小麦粉 ・黒砂糖)豚肉、カレー粉、セロリ、じゃがいも、玉ねぎ、にんじん、パセリ、小麦粉、 バター 、油、カレー粉、 牛乳 、豆乳、 小麦粉 、 チーズ 、塩、胡椒、ワイン、鶏がらスープ/ベーコン、ごまつな、もやし、醤油、酢、油、砂糖、胡椒、白ごま/なし缶詰	白飯、豚肉、白滝、玉ねぎ、たけのこ、たまごたけ、砂糖、醤油、酒、みりん、みりん、ほうれん草/だいこん、油揚げ、みそ、(むろあじ、昆布)/ひじき春巻(筍、人参、豚肉、ひじき、醤油、でん粉、砂糖、酒、オスターソース、小麦粉他)油/	ソフトラーメン、豚肉、にんにく、みりん、みりん、油、むき えび 、つと、もやし、にんじん、玉ねぎ、キャベツ、たけのこ、チンゲンツァイ、黒きくらげ、醤油、酒、塩、胡椒、ごま油、鳥がら、豚骨、煮干し、生姜、長ねぎ/フレンチポテト、油、塩、胡椒、カレー粉、チリパウダー、 イタダキ /パイ缶詰	胚芽米、大麦、 バター 、ワイン、ベーコン、ごぼう、玉ねぎ、にんじん、にんにく、コーン、パセリ、油、塩、醤油、胡椒/凍り豆腐、醤油、砂糖、酒、みりん、カレー粉、塩、小麦粉、ごま、 卵 、パン粉、白ごま、油/だいこん、まぐろ水煮、きゅうり、にんじん、白ごま、醤油、砂糖、ごま油、酢/