

《給食だより》

夏休み号

令和8年7月24日
札幌市立ノホ口の丘小学校

「地産地消」

地産地消とは、地域で生産されたものをその地域で消費することです。今年度、厚別区の小中学校では、札幌産（一部北海道産）野菜を給食で提供し、食の指導を行っています。

地産地消には良いことがいっぱい！

新鮮で
安心！



生産地が近いと、とれたてで新鮮なものを味わうことができます。また、生産地の様子がわかると安心して食べることができます。

生産者さん
を応援



地元でとれたものを食べることで、生産者を応援することができます。地元の生産者さんが元気になると、地域の活性化にも繋がります。

環境に
やさしい



収穫されてから食卓まで、運ばれる距離が短いので、トラックなどの燃料の量を抑えて地球環境にやさしくすることができます。

札幌産野菜ってどんなものがあるの？



さっぽろとれたてこマーク



東区マスコットキャラクター・タッピー

大都市札幌ですが、まだ農地がたくさんあります。東区の玉ねぎ、北区のレタス、西区の小松菜、清田区のほうれん草、手稲区のかぼちゃ、南区のりんごやいちごなど、多くの地域を代表する作物が生産されています。

給食では、6月に小松菜、7月にレタスと札幌産野菜を使用してきました。2学期は、ほうれん草・干し椎茸・じゃがいもを使用した給食の提供をしていく予定です。おいしく食べながら地産地消を学びます。

札幌産野菜をおいしく食べようメニュー ♪

～札幌産野菜のおいしさが際立つ給食のメニューを掲載しました～

タコライス

< 材料 4人分 >

ご飯	4 膳分
豚ひき肉	150g
赤ワイン	小さじ1
玉ねぎ	300g
にんじん	50g
しょうが	1 片
にんにく	1 片
オールスパイス	少々
チリソース	少々
ホールコーン	60g
油	少々
小麦粉	小さじ1
カレー粉	少々
ウスターソース	大さじ1
中濃ソース	大さじ1
ケチャップ	大さじ3
しょうゆ	小さじ1
塩	小さじ1/3
こしょう	少々
赤ワイン	小さじ1
トマト	50g (1/2 個)
レタス	100g (1/3個)

< 作り方 >

- ① レタスは一口大に切り、洗って水気をきる。
- ② 小麦粉とカレー粉は合わせて、弱火でから炒りしておく。
- ③ しょうが・にんにく・玉ねぎ・にんじんは、みじん切りに、トマトは角切りにする。
- ④ 鍋に油を熱して、にんにく・しょうがを炒め、ひき肉、ワイン、オールスパイス・チリソースを入れて炒める。
- ⑤ 玉ねぎと人参を加えて炒め、ホールコーンを入れて一旦火を止め、②を少しずつふり入れ混ぜ合わせる。
- ⑥ 粉が混ざったら、調味料とトマトを加えて弱火で煮込み、仕上げに赤ワインを加えて味を調える。
- ⑦ ご飯を皿に盛り、①のレタスと⑥をのせてできあがりです。

* 給食ではゆでたレタスを使います。



夏にぴったりのメニューです。
札幌産レタスで作ってみませんか？



8月の献立

8月24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)
冷やしラーメン きなこポテト 果物	わかめごはん みそ汁 レバー入り メンチカツ	野菜カレー 果物	横割りパン キャロットポタージュ ハンバーグ 果物	ごはん けんちん汁 ほっけフライ のりの佃煮
ラーメン、ハム、もやし、 きゅうり、にんじん、 ごま油、ごま、莖わかめ、 昆布/じゃがいも、油、 きなこ/洋梨缶	米、大麦、わかめ、ごま/ 高野豆腐、小松菜/牛肉、 豚レバー、玉ねぎ、豚肉、 でんぶん、大豆、パン粉、 小麦粉、油	米、豚肉、玉ねぎ、南瓜、 にんじん、なす、しめじ、 さやいんげん、セロリ、 りんご、しょうが、油、 にんにく、小麦粉、 トマト缶/冷凍みかん	横割りパンズパン/油、 パセリ、ベーコン、牛乳、 玉ねぎ、にんじん、小麦粉、 バター、チーズ、豆乳、 スキムミルク/豚肉、鶏肉、 玉ねぎ、大豆、でんぶん、 油/パイン缶	米/鶏肉、豆腐、にんじん、 こんにゃく、大根、ごぼう、 長ねぎ、油/ほっけ、 パン粉、小麦粉、でんぶん、 油/のり、ひじき