

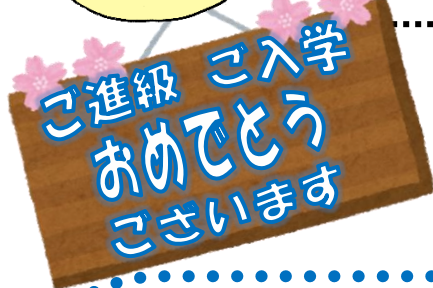


# 給食だより

令和8年4月8日

丘珠中学校

元町中学校



あたたかな春の日差しの中、今日から新学期が始まります。

今年度も、子どもたちの健やかな成長を願い、安全でおいしい給食作りや食育に努めてまいります。ご家庭のご理解とご協力をお願いいたします。

## 食を通して豊かな人間性を育みます

中学生の時期は、食の体験を深め、自分らしい食生活を実現するため知識を広げることが大切です。

学校では給食時間や各教科等と関連付けながら食育を進めます。

### ☆心と体の健康を維持できる

生涯を通じた心身の健康を支えるため、食の自己管理ができるようになりましょう

### ☆食事の重要性や楽しさを理解する

豊かな人間性を育み生きる力を身に付けていくために「食」を大切にしましょう

### ☆食べ物の選択や食事作りができる

食農体験や調理を通して、食べ物に対する意識や関心、知識を深めましょう

### ☆一緒に食べたい人がいる

共食(誰かと食事をすること)は、健康な食生活や規則正しい生活リズムにつながります

### ☆日本の食文化を理解し伝えることができる

地域の産物、食文化や食に関わる歴史などを理解し、尊重しましょう

### ☆食べ物やつくる人への感謝の心

食の循環や環境・安全を意識した食生活について考え、実践しましょう

食育は、子どもたちだけに必要なことではありません。

ご家庭でも、それぞれのライフステージに応じた食育に取り組みましょう。

短い給食時間で準備・食事・後片付けを行います。衛生や安全を配慮した活動ができるように、清潔な身支度(エプロン、三角巾、マスク)、ハンカチ、ランチマット等の準備をお願いします。

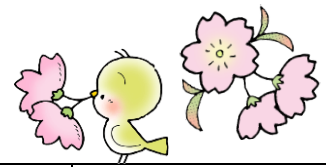


成長著しい中学生。今、使っているエプロンや三角巾は、小さくなっていませんか。体に合っているか確認しましょう。





# 予定献立



月	火	水 4/8	木 4/9	金 4/10
☆ 牛乳(200cc)は、毎日付きます。 ☆ 献立や使用する食材は、都合により変更する場合があります。 ☆ 魚の内臓、あさり、わかめ、しらす、海藻などの海産物には、小さなエビやカニが混ざっている場合があります。		始業式	入学式	厚揚げ入り肉炒め丼 味噌汁 清見オレンジ
				精白米、豚肉、厚揚げ、片栗粉、りんご、玉ねぎ、もやし、ほうれん草、醤油、ウスターソース、豆板醤、ごま、ごま油/キャベツ、油揚げ、味噌/清見オレンジ
4/13	4/14	4/15	4/16	4/17
しょうゆラーメン チーズポテト 黄桃缶	わかめごはん 豚汁 さんまのかば焼き	カレーライス 小松菜と ベーコンのサラダ	横割りパンズ レバー入りハンバーグ ポテトスープ 大根サラダ Feスライスチーズ	ごはん マーボー豆腐 ししゃものから揚げ ミニトマト
ソフトラーメン、豚肉、メンマ、つと、茎わかめ、もやし、玉葱、長葱、ほうれん草、醤油/じゃが芋、バター、チーズ、牛乳、スキムミルク、砂糖/黄桃缶	胚芽精米、大麦、炊き込みわかめ、ごま/豚肉、豆腐、じゃが芋、玉葱、大根、人参、味噌、一味/さんま、片栗粉、小麦粉、醤油、ごま	精白米、じゃが芋、玉葱、人参、りんご、セロリ、小麦粉、カレーパウ、ウスターソース、ケチャップ、醤油、鶏がらスープ/ベーコン、小松菜、もやし、醤油、ごま	パン/ハンバーグ(牛肉、豚肉)、ケチャップ、ウスターソース/ベーコン、じゃが芋、醤油、鶏がらスープ/大根、胡瓜、まぐろ水煮、醤油、ごま、ごま油/チーズ	精白米/豆腐、豚肉、干椎茸、味噌、醤油、オイスターソース、豆板醤、ごま油、片栗粉/カラフトししゃも(子持ち)、小麦粉、片栗粉、醤油/ミニトマト
4/20	4/21	4/22	4/23	4/24
肉うどん(小松菜) あべかわだんご りんご	チキンウインナーライス 星のコロッケ(Fe・Ca) フルーツミックス	ごはん すき焼き(豚肉) 揚げポークシウマイ しょうが和え	ロールパン あさりのチャウダー 厚揚げサラダ 清見オレンジ	和風そぼろごはん 味噌汁 さばのカレー揚げ
ソフトめん、豚肉、油揚げ、つと、小松菜、人参、長葱、たもぎ茸、干椎茸、醤油/白玉もち、きなこ、きび砂糖/りんご	胚芽精米、大麦、バター、トマトジュース、チキンウインナー(鶏肉、豚肉)、玉葱、人参、ケチャップ/コロッケ(小麦、豚肉、鶏肉)/果物缶詰(みかん、パイ、黄桃、洋梨、夏みかん)	精白米/豚肉、豆腐、車ふ(小麦)、白菜、玉葱、春菊、醤油/シウマイ(小麦、大豆、豚肉、牛肉)/小松菜、もやし、醤油、生姜	パン/あさり、ベーコン、小麦粉、バター、乳製品、豆乳、鶏がらスープ/厚揚げ、小麦粉、片栗粉、醤油、ごま、ごま油/清見オレンジ	精白米、鶏肉、豆腐、油揚げ、ひじき、ごぼう、人参、切干大根、味噌、醤油、ごま/じゃが芋、にら、味噌/サバ、小麦粉、片栗粉、カレー粉、醤油
4/27	4/28	4/29	4/30	5/1
パスタミートソース 青のりポテト	たきこみいなり 豚肉の竜田揚げ おひたし	昭和の日	黒角食 チキングラタン あさりのサラダ パイン缶詰	ごはん じゃがいものそぼろ煮 ひじき春巻Fe 磯和え
ソフトパスタ、豚肉、大豆水煮、玉葱、人参、セロリ、小麦粉、ケチャップ、トマトピューレ、デミグラスソース、ソース(ウスター、中濃)、味噌、醤油、鶏がらスープ/じゃが芋、青のり	胚芽精米、大麦、酢、砂糖、油揚げ、ひじき、人参、醤油、ごま、手巻きのみり/豚肉、小麦粉、片栗粉、醤油/小松菜、もやし、糸かつお、醤油		パン/マカロニ、鶏肉、玉葱、人参、小麦粉、バター、乳製品、豆乳、鶏がらスープ/あさり、キャベツ、胡瓜、人参、醤油、ごま、ごま油/パイン缶	精白米/豚肉、大豆水煮、じゃが芋、玉葱、人参、切干大根、醤油、黒砂糖、きび砂糖、味噌/春巻(小麦、ごま、大豆、豚肉)/小松菜、白菜、のり、醤油

- ☆ 献立の下段には使用する主な食材を載せています。  
(/は献立の区切りです。記載していない食品もあります。)
- ☆ 献立は、札幌市から提示される全市統一献立をもとに、学校行事や食指導などで一部変更して実施します

