

給食だより 11月

札幌市立元町中学校
札幌市立丘珠中学校
令和元年10月31日

玉ねぎを食べよう週間！

東区は玉ねぎ
発祥の地！

11月18日(月)~22日(金)まで



「札幌黄」という玉ねぎを知っていますか？（丘珠中の皆さんは、わかりますね。）

札幌市東区は日本で初めて玉ねぎが栽培された所です。札幌村（現在の東区）はもともと肥沃な大地と風が強く乾燥しやすいという、玉ねぎ栽培に向いている環境だったこともあり、ウィリアム・P・ブルックス博士が札幌農学校周辺の農家に栽培指導を行って、札幌村（現在の東区）の農家・武井惣蔵が栽培及び販売に成功しました。ブルックス博士が持ち込んだと言われる「イエロー・グローブ・ダンバース」という品種はのちに品種改良を重ね、「札幌黄」として北海道に広まりました。「札幌黄」の種は自家製で手間がかかるうえ、病気に弱く貯蔵がきかないなど、農家にとって苦労が多く育ちにくい品種です。しかも、他の品種の玉ねぎに比べて日持ちもしないことなどから、昭和40年代に生産量が減少し、今ではなかなか市場に流通していません。しかし、札幌黄の玉ねぎは他の玉ねぎよりも肉厚で柔らかく、加熱後の甘味が強いため根強いファンも多く入手しにくいことから近年、「まぼろしの玉ねぎ」とも言われています。東区の玉ねぎ農家では、昔も今も変わらず「札幌黄」を作り続けています。

11月18日からの玉ねぎ週間では、JA北さっぽろさんのご協力により、「札幌黄」を使って給食を作ります。「札幌黄」のおいしさを味わってみたいと思います。

世界で注目される「札幌黄」

「札幌黄」は、平成19年、スローフード協会国際本部（イタリア）の「味の箱舟」に認定されました。「味の箱舟」とは、地方の伝統的かつ固有な在来品種のうち、消えてしまう可能性のある希少な食材を世界的な基準の下で認定し、地域における食の多様性を守ろうというプロジェクトです。日本では、「札幌黄」をはじめ「八列とうもろこし」や「日本短角牛」など、25品、世界では903品が認定されています。



「札幌黄」は他の玉ねぎと比べ、加熱により甘味と柔らかさが増すのが特徴です。一般的な玉ねぎの糖度は9~10度であるのに対し、「札幌黄」は13度にもなります。糖度13度は、りんごと同じくらいの甘さです。また、ビフィズス菌の働きを助け整腸効果をもたらす成分も多く含まれています。

月	火	水	木	金	
<h1>11月の献立</h1> <p>今日は、東区でとれた『玉葱を食べよう週間』があります。11月18日～22日まで、『札幌黄』という玉葱を使い、いつものメニューに玉葱を増量します。(太字斜字体の献立)味わって食べてくださいね。</p>   <p>牛乳は、毎日 つきます。残さず飲みましょう!</p> 					
4		5 <10分早出し>	6	7	
<振替休日> 		<ul style="list-style-type: none"> ・ロールパン ・ポテトグラタン ・あさりのサラダ ・柿 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・豆腐の中華煮(えび入り) ・ひじき入り春巻 ・ナムル(ねぎだれ) 	<ul style="list-style-type: none"> ・パスタミートソース ・厚揚げサラダ ・牛乳プリン 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごぼうピラフ ・さんまのスパイス揚げ ・フルーツサワー
エネルギー-807kcal		エネルギー-877kcal	エネルギー-830kcal	エネルギー-834kcal	
【ポテトグラタン】バラベーコン・玉葱・じゃが芋・人参・小麦粉・バター・油・チーズ・スキムミルク・牛乳・豆乳・コンジョウ・鶏ガラスープ・パン粉・粉チーズ・パセリ【あさりのサラダ】あさり・生姜・醤油・砂糖・みりん・きゅうり・キャベツ・人参・酢・辛子・ごま油・白ごま		【豆腐の中華煮】豆腐・豚肉・酒・むきえび・人参・玉葱・筍・たまごだけ・干椎茸・黒木耳・生姜・にんにく・醤油・砂糖・ごま油・片栗粉【ひじき入り春巻】筍・人参・豚肉・ひじき・ごま油・醤油・醤油・砂糖・オイスターソース・小麦粉【ナムル】ローズハム・ほうれん草・もやし・人参・醤油・砂糖・酢・生姜・にんにく・長葱・豆腐・ごま油・白ごま	【パスタミートソース】豚肉・大豆・玉葱・人参・マッシュルーム・セロリ・にんにく・生姜・油・パセリ・小麦粉・カレー粉・ケチャップ・トマトピューレ・ホルトマト・デミグラスソース・中濃ソース・醤油・黒コンジョウ・オールのスパイス・ナツメグ・鶏ガラスープ【厚揚げサラダ】厚揚げ・生姜・醤油・片栗粉・小麦粉・キャベツ・きゅうり・人参・醤油・砂糖・酢・黒コンジョウ・ごま油・白ごま【牛乳プリン】牛乳・練乳・脱脂濃縮乳・グラニュー糖・寒天	【ごぼうピラフ】米・大麦・バター・バラベーコン・ごぼう・玉葱・人参・にんにく・ホールコーン・パセリ・油・醤油・黒コンジョウ【さんまスパイス揚げ】さんま・生姜・にんにく・醤油・片栗粉・小麦粉・カレー粉・チリパウダー・黒こしょう【フルーツサワー】みかん缶・パン缶・黄桃缶・洋梨・夏みかん缶・ヨーグルト・上白糖	
11		12	13	14	
<ul style="list-style-type: none"> ・厚揚げ入り肉炒め丼 ・味噌汁(じゃが芋・わかめ) ・りんご 		<ul style="list-style-type: none"> ・黒コッパン ・あさりのチャウダー ・ポークチャップ ・もやしのごまサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・カレー肉じゃが ・ぶりの味噌照り焼き ・磯和え(小松菜/白菜) 	<ul style="list-style-type: none"> ・えび入りかき揚げうどん ・チーズポテト ・みかん 	<ul style="list-style-type: none"> ・鮭ごはん ・きのこ汁(醤油) ・野菜コロッケ
エネルギー-843kcal		エネルギー-873kcal	エネルギー-855kcal	エネルギー-845kcal	
【厚揚げ入り肉炒め丼】豚肉・メンマ・人参・黒コンジョウ・油・もやし・小松菜・厚揚げ・片栗粉・醤油・みりん・玉葱・りんご・ソース・砂糖・生姜・にんにく・豆腐・ごま油・白ごま【味噌汁】じゃが芋・塩わかめ・長葱・味噌		【あさりのチャウダー】あさり・バラベーコン・じゃが芋・玉葱・人参・パセリ・小麦粉・バター・油・牛乳・豆乳・スキムミルク・チーズ・コンジョウ・鶏ガラスープ【ポークチャップ】豚肉・黒コンジョウ・片栗粉・小麦粉・玉葱・ピーマン・人参・油・ケチャップ・ソース・醤油・砂糖【もやしのごまサラダ】ほうれん草・もやし・人参・醤油・砂糖・酢・赤味噌・豆腐・白すりごま	【カレー肉じゃが】豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・しらたき・さやいんげん・干椎茸・たまごだけ・生姜・油・醤油・黒砂糖・砂糖・酒・本みりん・カレー粉【ぶりの味噌照り焼き】ぶり・味噌・醤油・生姜・砂糖・みりん・白ごま【磯和え】小松菜・白菜・切りのり・醤油	【かき揚げうどん】むきえび・さくらえび素干し・あさり・しらす干し・ごぼう・人参・玉葱・香葱・切干大根・ひじき・小麦粉・卵・鶏肉・つと・長葱・ほうれん草・干椎茸・たまごだけ・醤油・砂糖・みりん・酢・唐辛子【チーズポテト】じゃが芋・砂糖・バター・チーズ・牛乳・スキムミルク	
18 <玉葱週間>		19 <10分早出し>	20 <玉葱週間>	21 <玉葱週間>	
<ul style="list-style-type: none"> ・ハヤシライス ・オニオンチップサラダ ・柿 		<ul style="list-style-type: none"> ・横割りのハンズ ・タッピースープ ・豆腐のロック揚げ ・フルーツカクテル ・スライスチーズ 	<ul style="list-style-type: none"> ・豚すき丼(タッピー丼) ・味噌汁(豆腐・わかめ) ・りんご 	<ul style="list-style-type: none"> ・しょうゆラーメン(タッピーラーメン) ・シナモンポテト ・みかん 	<ul style="list-style-type: none"> ・タッピーピラフ(小松菜ピラフ) ・鮭のごまフライ ・切り干し大根のサラダ
エネルギー-884kcal		エネルギー-791kcal	エネルギー-749kcal	エネルギー-752kcal	
【ハヤシライス】牛肉・玉葱・人参・筍・セロリ・生姜・にんにく・マッシュルーム・グリーンピース・小麦粉・油・カレー粉・トマトピューレ・ケチャップ・ホルトマト・ハヤシライス・ソース・醤油・黒コンジョウ・オールのスパイス・ナツメグ・シナモン【オニオンチップサラダ】ローズハム・キャベツ・きゅうり・ホールコーン・玉葱・片栗粉・酢・砂糖・醤油・黒コンジョウ・白ごま		【タッピースープ】鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参・パセリ・油・醤油・黒コンジョウ【豆腐のロック揚げ】焼き豆腐・さやいんげん・ホールコーン・ポークファンク・すりお・ひじき・卵・片栗粉・赤味噌・ケチャップ・ソース・砂糖【フルーツカクテル】みかん缶・パン缶・黄桃缶・洋梨缶・夏みかん缶・りんごジュース・砂糖	【豚すき丼】豚肉・白滝・玉葱・筍・たまごだけ・砂糖・醤油・酒・みりん・ほうれん草【味噌汁】豆腐・塩わかめ・長葱・味噌	【タッピーラーメン】豚肉・メンマ・生姜・にんにく・醤油・つと・油・もやし・玉葱・人参・長葱・ほうれん草・塩わかめ・みりん・黒コンジョウ【シナモンポテト】さつま芋・油・グラニュー糖・シナモン	
25		26	27	28	
<ul style="list-style-type: none"> ・キーマカレー ・杓の草としめじのサラダ(苦小牧) ・柿 		<ul style="list-style-type: none"> ・角食・いちごジャム ・キャロットポタージュ ・タンドリーチキン(インド) ・小松菜とコーンのサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・マーボー豆腐 ・かわいい唐揚げ ・おろしソース ・おひたし(ほうれん草/もやし) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ほうとう風うどん(山梨) ・凍み豆腐の天ぷら ・りんご 	<ul style="list-style-type: none"> ・とりめし(美唄) ・味噌汁(小松菜・厚揚げ) ・ちくわ二色揚げ(青のり・カレー)
エネルギー-815kcal		エネルギー-841kcal	エネルギー-896kcal	エネルギー-809kcal	
【キーマカレー】豚肉・玉葱・人参・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・ソース・ホルトマト・ケチャップ・醤油・赤みそ・黒コンジョウ・オールのスパイス・ナツメグ・シナモン【ほうれん草としめじのサラダ】ローズハム・ほうれん草・ホールコーン・ぶなしめじ・醤油・みりん・白ごま・サラダ油・砂糖・酢・醤油・黒コンジョウ		【キャロットポタージュ】バラベーコン・玉葱・人参・じゃが芋・パセリ・小麦粉・バター・油・チーズ・スキムミルク・牛乳・豆乳・白コンジョウ・鶏ガラスープ【タンドリーチキン】鶏肉・黒コンジョウ・カレー粉・生姜・にんにく・ヨーグルト・ケチャップ・パプリカ・チリパウダー【小松菜とコーンのサラダ】ローズハム・小松菜・ホールコーン・白ごま・油・砂糖・酢・醤油・黒コンジョウ【いちごジャム】いちご・水飴・砂糖	【マーボー豆腐】豆腐・豚肉・生姜・にんにく・油・人参・長葱・干椎茸・味噌・醤油・黒砂糖・砂糖・オイスターソース・ごま油・豆腐・唐辛子・片栗粉【かわいい唐揚げ】かわい・大根・生姜・醤油・砂糖・みりん・かたくり粉	【ほうとう風うどん】鶏肉・油揚げ・つと・かぼちゃ・はくさい・大根・人参・干椎茸・長葱・味噌・醤油・みりん・【凍み豆腐の天ぷら】凍り豆腐・醤油・砂糖・酒・みりん・小麦粉・卵	
29 <10分早出し>					
<ul style="list-style-type: none"> ・とりめし(美唄) ・味噌汁(小松菜・厚揚げ) ・ちくわ二色揚げ(青のり・カレー) 					
エネルギー-740kcal					
【とりめし】米・大麦・醤油・鶏ガラスープ・鶏肉・生姜・玉葱・油・酒・みりん・砂糖【味噌汁】厚揚げ・小松菜・味噌【ちくわ二色揚げ】白ちくわ・小麦粉・卵・青のり・カレー粉					