給食だより 3月

令和８年（2026 年）2月 27 日
札幌市立陵北中学校
札幌市立新川中学校

今年度も残りわずかとなりました。給食を通して、この１年間で食に興味を持ったり、食べられるものが少しでも増えたりしたでしょうか。生涯にわたって健康を維持するために、どんな食品をどのように食べたら良いのか、考えながら楽しく食事ができるようになってほしいと願っています。

卒業おめでとう給食リクエスト

もうすぐ卒業を迎える３年生のみなさんから、１２月に給食のリクエストをとりました。今年度は統一基準献立の中から選択してもらいました。その結果を発表します。（（　）内は投票%です。）

自校炊飯（陵北中で炊くごはん） 部門		
	陵北中	新川中
１位	ビビンバ（71.3%）	
2位	ちらし寿司（22%）	
3位	五目ごはん（6.7%）	

ご飯の日 部門		
	陵北中	新川中
１位	カレーライス（46.8%）	
2位	ピリ辛チキン丼（31.2%）	
3位	肉炒め丼（12.4%）	

麺 部門		
	陵北中	新川中
１位	味噌ラーメン（71.8%）	
2位	たぬきうどん（19.6%）	
3位	ミートソースパスタ（8.6%）	

ポテト 部門		
	陵北中	新川中
１位	スパイシーポテト（63.1%）	
2位	きなこポテト（20.9%）	
3位	チーズポテト（16%）	

パンの日 部門		
	陵北中	新川中
１位	イタリアンスープ（46.8%）	
2位	ポテトグラタン（30.4%）	
3位	コーンクリームスープ（22.9%）	

みなさん、いつも給食をおいしく食べてくれてありがとう！
今までの給食がみなさんの楽しい思い出になっていたら嬉しいなと思います！
食事は体を作る基礎であり、健康で過ごすためには欠かせないものです！
これからも食を大切に、感謝の気持ちを忘れずに、食事をいただきましょう。

3月の予定献立

牛乳２００ｍｌが毎日つきます。　　陵北中・新川中

月	火	水	木	金
２**リクエスト給食** ビビンバ 十勝大豆コロッケ フルーツミックス 胚芽精米　大麦　豚肉ももひき肉　焼き豆腐　メンマ　長ねぎ　生姜　にんにく　サラダ油　ごま油　人参　ほうれん草　もやし　白ごま/十勝大豆コロッケ　揚げ油/みかん缶詰　パイン缶詰　黄桃缶詰　梨缶詰　なつみかん缶詰	３ 和風そぼろごはん 味噌汁 ほっけカレー揚げ 鶏肉ももひき肉　焼き豆腐　切干大根　干しいたけ　白ごま　生姜　ごぼう　人参　油揚げ　ひじき　サラダ油/もやし　油揚げ/ほっけ　カレー粉　小麦粉　片栗粉　揚げ油	４ 黒コッペパン ポテトグラタン 厚揚げサラダ ベーコン　玉ねぎ　じゃがいも　人参　小麦粉　バター　サラダ油　チーズ　スキムミルク　牛乳　豆乳　パン粉　粉チーズ　パセリ/厚揚げ　生姜　片栗粉　小麦粉　揚げ油　キャベツ　胡瓜　人参　ごま油　白ごま	５**リクエスト給食** カレーライス 野菜の醤油漬け 豚肉肩　じゃがいも　人参　玉ねぎ　セロリ　りんご　生姜　にんにく　グリンピース　サラダ油　小麦粉　カレー粉　カレールウ/大根　胡瓜　人参	６**リクエスト給食** 味噌ラーメン スパイシーポテト アイスクリーム ソフトラーメン　豚肉肩ひき肉　玉ねぎ　人参　生姜　にんにく　白すりごま　白ごま　ごま油　豚肉肩　生姜　もやし　玉ねぎ　メンマ　人参　サラダ油　ほうれん草　長ねぎ　くきわかめ/フレンチポテト　揚げ油　パセリ　カレー粉/アイスクリーム
９**卒業お祝い献立** 赤飯 けんちん汁 ザンギ すだちゼリー 精白米　もち米　小豆の甘納豆　黒ごま　食紅/鶏肉もも　豆腐　つきこんにゃく　人参　大根　ごぼう　長ねぎ　サラダ油/鶏肉もも　生姜　にんにく　卵　片栗粉　揚げ油/すだちゼリー	10 ピリカラチキン丼 味噌汁 清見オレンジ 鶏肉もも　生姜　小麦粉　片栗粉　揚げ油　厚揚げ　小麦粉　片栗粉　揚げ油　人参　たけのこ水煮　玉ねぎ　ピーマン　サラダ油　にんにく/じゃがいも　にら/清見オレンジ	11**リクエスト給食** レーズンパン イタリアンスープ カレーコロッケ はっさく ベーコン　じゃがいも　玉ねぎ　人参　ホールコーン　パセリ　アルファベットマカロニ/カレーコロッケ　揚げ油/はっさく	12 **給食なし** 	13 **卒業式**
16 五目ごはん 味噌汁 揚げギョウザ （２個） 胚芽精米　大麦　鶏肉もも　油揚げ　しらたき　人参　ごぼう　たけのこ水煮　ひじき　干しいたけ　グリンピース　サラダ油/厚揚げ　小松菜/Feちゃんぎょうざ　揚げ油	17 肉炒め丼 味噌汁 清見オレンジ 豚肉肩　メンマ　人参　サラダ油　もやし　ほうれん草　玉ねぎ　りんご　生姜　にんにく　片栗粉　ごま油　白ごま/白菜　油揚げ/清見オレンジ	18 ゆであげミートソース コロコロサラダ スパゲッティ　オリーブ油　サラダ油　パセリ　豚肉ももひき肉　玉ねぎ　人参　大豆水煮　マッシュルーム　セロリ　生姜　にんにく　サラダ油　小麦粉　カレー粉　トマトピューレ　デミグラスソース/ハム　凍り豆腐　人参　胡瓜　ホールコーン　白ごま	19 ごはん 厚揚げのカレーソース シシャモの唐揚げ 厚揚げ　豚肉肩ひき肉　豚レバーチップ　カレー粉　人参　玉ねぎ　さやいんげん　生姜　にんにく　サラダ油　カレールウ　小麦粉　サラダ油/カラフトししゃも　小麦粉　片栗粉　揚げ油	20 **春分の日**
23 ちらし寿司 レバー入りメンチカツ からし和え 胚芽精米　大麦　つと　油揚げ　人参　干しいたけ　かんぴょう　ひじき　白ごま　あまのり/レバー入りメンチカツ　揚げ油/焼き竹輪　小松菜　キャベツ	24 ごはん さつま汁 豚肉のバーベキューソース パイン缶 鶏肉もも　さつまいも　豆腐　板こんにゃく　人参　大根　ごぼう　長ねぎ　生姜　サラダ油/豚肉もも　小麦粉　片栗粉　揚げ油　生姜　にんにく　玉ねぎ　片栗粉			

＊献立の下には、調味料以外の使用食材を記載しています。
＊果物は気候や価格の変動により、変更になることもあります。
　アレルギーがある人は十分に気をつけて食べるようにしましょう。
＊海産物には、小さなカニやエビ、貝殻等がまれに混入している場合があります。
＊揚げ油は２～３回使いまわしています。