

いただきます

12月

令和7年 11月 28日
札幌市立栄北小学校
札幌市立栄南小学校

給食週間を実施します！！



12月1日(月)～5(金)は、給食週間です。給食週間中には、各部門で1位に選ばれたリクエスト給食メニューを取り入れます。リクエスト給食の他にも、給食に関わるクイズ、給食レシピの配付、給食ができるまでの動画視聴等を予定しています。

給食週間を機に、給食作りに携わっている多くの人々について考え、感謝の気持ちをもつとともに、「食」について興味・関心をもってもらいたいと考えています。

子どもたちへのアンケート調査の結果、リクエスト給食は以下のように決定しました。

リクエスト給食メニュー結果発表！！(栄北小・栄南小合計)



●1日(月)デザート部門●

- 1位「いちごのデザート」
- 2位「温州みかんゼリー」
- 3位「フルーツミックス」



●2日(火)ごはんメニュー部門●

- 1位「カレーライス」
- 2位「とじめし」
- 3位「わかめごはん」



●3日(水) 玉ねぎの部門●

- 1位「タッピースープ」
- 2位「タッピー丼」
- 3位「タッピーサラダ」



●4日(水)おかずの部門●

- 1位「ザンギ」
- 2位「チーズポテト」
- 3位「マーボー豆腐」



●5日(金)めんの部門●

- 1位「みそラーメン」
- 2位「しょうゆラーメン」
- 3位「塩ラーメン」

給食週間のアンケートと同時に、リクエスト給食番外編・6年生による「卒業までに食べたい思い出の給食」を6年生だけに記入してもらいました！

2月・3月の給食で実施する予定です。お楽しみに！



○冬至メニュー○

冬至は、一年のうちで最も昼の時間が短い日です。今年の冬至は、12月22日(月)です。冬至には、昔からゆず湯に入り、かぼちゃを食べる習慣があります。栄養豊かなかぼちゃは、風邪予防にも効果があります。給食でも12月19日(金)にかぼちゃのいとし煮が登場します。

○給食当番の身支度について○

給食当番は、エプロン・三角巾(帽子)・マスクを必ずすることになっています。給食袋の中には、エプロン・三角巾(帽子)・ランチョンマット・マスクを入れるようお願いいたします。



○牛乳は毎日つきます。
 ○天候などの理由により、一部の食材は変更になることがあります。
 ○冷凍あさり等海産物全般には、小さなえび、かに、貝殻等が混入している場合があります。
 ○使用食材については、全ての食品は記載しておりません。更に詳しい使用食材、成分表等を御希望の方は、栄南小 栄養教諭
 まで御相談ください。(Tel) 781-1257

月	火	水	木	金
1日 ★給食週間★ ①ビビンバ ②ひじき春まき ③いちごのデザート	2日 ★給食週間★ ①カレーライス ②ハムコーンサラダ	3日 ★給食週間★ ①角食 ②タッピースープ ③メンチカツ ④ミニトマト ⑤ブルーベリージャム	4日 ★給食週間★ ①ごはん ②豚汁 ③ザンギ ④ごま和え(小松菜・もやし)	5日 ★給食週間★ ①みそラーメン ②きなこポテト ③りんご
①胚芽精米・大麦・酒・醤油・豚肉・焼き豆腐・メンマ・長ねぎ・しょうが・にんにく・ごま油・豆板醤・人参・小松菜・もやし・白ごま②たけのこ・にんじん・豚肉・ひじき・小麦粉・揚げ油③いちご	①精白米・豚肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ・セロリ・りんご・しょうが・にんにく・グリーンピース・サラダ油・カレールウ・ウスターソース・中濃ソース・ケチャップ②ハム・ホールコーン・キャベツ・ごま油	①小麦粉・卵・脱脂粉乳②鶏肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ(今回は札幌黄ではありません)・サラダ油・パセリ・鳥がら③豚ひき肉・玉ねぎ・大豆たんぱく・パン粉・揚げ油⑤ブルーベリー・水あめ	①精白米②豚肉・木綿豆腐・じゃがいも・板こんにゃく・人参・大根・玉ねぎ・ごぼう・長ねぎ・しょうが・白みそ・赤みそ③鶏肉・卵・しょうが・にんにく・揚げ油④小松菜・もやし・白すりごま	①ソフトラーメン・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・しょうが・にんにく・白ごま・もやし・メンマ・ほうれん草・長ねぎ・茎わかめ・鳥がら・豚骨・煮干し②フレンチポテト・きなこ・きび砂糖・揚げ油
8日 ①シーフードカレーピラフ ②豆腐ナゲット (ケチャップソース) ③洋なし缶	9日 ①ごはん ②肉じゃが ③さんまスパイス揚げ ④のりとあさりの佃煮	10日 ①ツイストパン ②クリームシチューカレー風味 ③あさりのサラダ ④みかん	11日 ①豚ミックス丼 ②味噌汁 (キャベツ・油揚げ) ③紅まどんな	12日 ①たぬきうどん (えび入り) ②バターポテト ③パイン缶
①胚芽精米・大麦・バター・白ワイン・カレー粉・ベーコン・むきえび・あさり・人参・玉ねぎ・マッシュルーム・サラダ油②焼き豆腐・鶏肉ももひき肉・玉ねぎ・サラダ油・卵・片栗粉・揚げ油(ケチャップ・ウスターソース)	①精白米②豚肉・大豆水煮・じゃがいも・玉ねぎ・白滝・人参・切り干し大根・さやいんげん・干しいたけ・しょうが③さんま・しょうが・にんにく・カレー粉・片栗粉・小麦粉・揚げ油④あさり・しょうが・もみのり・ひじき・醤油・水あめ	①小麦粉・卵・脱脂粉乳②豚肉・カレー粉・セロリ・じゃがいも・玉ねぎ・人参・パセリ・小麦粉・バター・カレールウ・牛乳・豆乳・スキムミルク・チーズ③あさり・しょうが・きゅうり・キャベツ・人参・ごま油・白ごま	①精白米・豚肉・しょうが・片栗粉・小麦粉・厚揚げ・揚げ油・玉ねぎ・たけのこ・人参・ピーマン・白ごま②キャベツ・油揚げ・白みそ・赤みそ・むろあじ・昆布	①ソフト麺・むきえび・あさり・人参・春菊・ごぼう・切り干し大根・ひじき・小麦粉・卵・鶏肉・つと・ほうれん草・長ねぎ・たまごだけ・干しいたけ・むろあじ・昆布②じゃがいも・バター・上白糖・牛乳・スキムミルク
15日 ①しらすごはん ②味噌汁 (小松菜・厚揚げ) ③コーンフライ	16日 ①ごはん ②ローペンタン ③かれい唐揚げ (バーベキューソース) ④温州みかんゼリー	17日 ①黒コッペパン ②チキンクリームシチュー ③ほっけフライ ④パイン缶	18日 ①ごはん ②豆腐のトロトロ煮 ③揚げえびシュウマイ ④ナムル	19日 ①肉うどん ②かぼちゃのいとこ煮 ③みかん
①胚芽精米・大麦・昆布・しらす干し・わかめ・白ごま②厚揚げ・小松菜・白みそ・赤みそ・むろあじ・昆布③とうもろこし・パン粉・生乳・小麦粉・揚げ油	①精白米②豚肉・しょうが・片栗粉・人参・白菜・干しいたけ・たけのこ・長ねぎ・ごま油・鶏がらスープ③黒かれい・揚げ油(玉ねぎ・しょうが・にんにく・しょうゆ・ウスターソース・きび砂糖・片栗粉④温州みかん果汁・砂糖	①小麦粉・卵・脱脂粉乳・黒糖②鶏肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・パセリ・小麦粉・バター・牛乳・豆乳・チーズ・スキムミルク・鶏がらスープ③ほっけ・小麦粉・卵・パン粉・揚げ油	①精白米②木綿豆腐・鶏肉ひき肉・小松菜・長ねぎ・人参・しょうが・にんにく・サラダ油・片栗粉・鶏がらスープ③玉ねぎ・いとよりだいすり身・えび・魚介エキス(かたくりわし)・小麦粉・揚げ油④ほうれん草・もやし・人参	①ソフトめん・豚肉・油揚げ・人参・ほうれん草・長ねぎ・干しいたけ・たまごだけ・醤油・本みりん・むろあじ・昆布②かぼちゃ・小豆・白玉・きび砂糖
22日 ①とりごぼうごはん ②味噌汁 (じゃがいも・わかめ) ③さわらのオートミールフライ	23日 ①ごはん ②さつま汁 ③サバのソース焼き ④磯和え(小松菜・もやし)	24日 ①ロールパン ②イタリアンスープ ③ハンバーグ (ケチャップソース) ④黄桃缶	25日★終業式★ ①ハヤシライス ②小松菜と ベーコンのサラダ	
①胚芽精米・大麦・鶏ひき肉・焼き豆腐・しょうが・ごぼう・人参・油揚げ・赤みそ・白ごま②じゃがいも・玉ねぎ・塩わかめ・白みそ・赤みそ・むろあじ・昆布③さわら・小麦粉・卵・オートミール・パン粉・揚げ油	①精白米②豚肉・さつまいも・木綿豆腐・板こんにゃく・人参・大根・ごぼう・長ねぎ・赤みそ・白みそ・むろあじ・宗田(だし用)・昆布③サバ・しょうが・小麦粉・片栗粉・ウスターソース・きび砂糖・赤みそ④こまつな・もやし・もみのり・しょうゆ	①小麦粉・卵・脱脂粉乳②ベーコン・じゃがいも・玉ねぎ・人参・ホールコーン・パセリ・マカロニ・醤油・塩・鶏がらスープ③豚肉・鶏肉・玉ねぎ・粒状植物性たん白・揚げ油(ケチャップ・ウスターソース・赤ワイン)	①精白米・豚肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・セロリ・しょうが・にんにく・マッシュルーム・グリーンピース・小麦粉・サラダ油・トマトピューレ・ケチャップ・デミグラスソース②ベーコン・小松菜・もやし・白ごま	