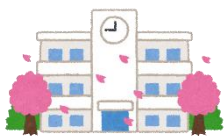




# 4月の予定献立

| 月                                                                                                                                                                   | 火                                                                                                                                                                    | 水                                                                                                                                                                                                                         | 木                                                                                                                                                                                | 金                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>7日</b><br>                                                                      | <b>8日</b><br><b>始業式・入学式</b><br>(午前授業です。)                                                                                                                             | <b>9日</b><br><b>ロールパン</b><br><b>ポーククリームシチュー</b><br><b>コールスローサラダ</b><br><b>あまなつかん</b><br><small>ロールパン/豚肉もも、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、パセリ、小麦粉、バター、牛乳、豆乳、チーズ、スキムミルク/キャベツ、にんじん、ホールコーン/あまなつかん</small>                                    | <b>10日</b><br><b>和風そぼろごはん</b><br><b>味噌汁</b><br><b>ほっけカレー揚げ</b><br><small>白飯、鶏肉、焼き豆腐、切り干し大根、干しいたけ、ひじき、白ごま、しょうが、ごぼう、にんじん、みそ、醤油/厚揚げ、小松菜、味噌/ほっけ、醤油、小麦粉</small>                       | <b>11日</b><br><b>きつねうどん</b><br><b>青のりポテト</b><br><b>黄桃缶</b><br><small>ソフトめん、油揚げ、醤油、つと、干しいたけ、長ねぎ、たまごだけ、ほうれん草、醤油/じゃがいも、青のり/黄桃缶</small>                                 |
| <b>14日</b><br><b>コーンピラフ</b><br><b>チキンナゲット</b><br><b>フルーツカクテル</b>                                                                                                    | <b>15日</b><br><b>カレーライス</b><br><b>小松菜とコーンのサラダ</b>                                                                                                                    | <b>16日</b><br><b>横割りパンズ</b><br><b>味噌ワンドンスープ</b><br><b>レバー入りハンバーグ</b><br><b>パイン缶</b><br><small>横割りパンズ/ワンドン皮、豚肉、しょうが、にんにく、味噌、メンマ、にんじん、玉ねぎ、もやし、長ねぎ、ほうれん草、ごま/レバー入りハンバーグ/パイン缶</small>                                          | <b>17日</b><br><b>ごはん</b><br><b>けんちん汁</b><br><b>サバ揚げ</b><br>(バーベキューソース)<br><b>ごま和え</b><br><small>鶏肉、豆腐、つぎこんにゃく、にんじん、大根、ごぼう、長ねぎ、醤油/さば、小麦粉、玉ねぎ、しょうが、にんにく、醤油/ほうれん草、もやし、ごま、醤油</small> | <b>18日</b><br><b>しょうゆラーメン</b><br><b>ごまポテト</b><br><b>清見オレンジ</b><br><small>ソフトラーメン、豚肉、メンマ、しょうが、にんにく、醤油、つと、もやし、玉ねぎ、にんじん、長ねぎ、ほうれん草、くきわかめ、醤油/フレンチポテト、すりごま/清見オレンジ</small> |
| <b>21日</b><br><b>五目ごはん</b><br><b>味噌汁</b><br><b>北海道産フリカツ</b><br><small>胚芽精米、大麦、バター、ベーコン、玉ねぎ、にんじん、ホールコーン、マッシュルーム、パセリ/チキンナゲット/みかん缶、パイン缶、黄桃缶、なし缶、なつみかん缶、りんごジュース</small> | <b>22日</b><br><b>ごはん</b><br><b>マーボー豆腐</b><br><b>ししゃものから揚げ</b><br><b>ナムル</b><br><small>白飯、豚肉、じゃがいも、にんじん、玉ねぎ、セロリ、りんご、しょうが、にんにく、グリーンピース、小麦粉、醤油/小松菜、ホールコーン、ごま、醤油</small> | <b>23日</b><br><b>黒コッペパン</b><br><b>チキンクリーム煮</b><br><b>厚揚げサラダ</b><br><b>ジュシーオレンジ</b><br><small>黒コッペパン/鶏肉、マカロニ、にんじん、玉ねぎ、マッシュルーム、パセリ、小麦粉、バター、牛乳、豆乳、チーズ、スキムミルク/厚揚げ、しょうが、キャベツ、きゅうり、にんじん、醤油、小麦粉、ごま/ジュシーオレンジ</small>              | <b>24日</b><br><b>鶏ミックス丼</b><br><b>味噌汁</b><br><b>りんご</b><br><small>白飯、鶏肉、厚揚げ、しょうが、醤油、小麦粉、にんじん、玉ねぎ、たけのこ、干しいたけ、ピーマン、ごま/じゃがいも、にら、味噌/りんご</small>                                      | <b>25日</b><br><b>パスタミートソース</b><br><b>フレンチポテト</b><br><small>ソフトパスタ、豚肉、大豆、玉ねぎ、にんじん、マッシュルーム、セロリ、にんにく、パセリ、小麦粉、トマト缶、醤油/フレンチポテト</small>                                   |
| <b>28日</b><br><b>とりめし</b><br><b>味噌汁</b><br><b>十勝大豆コロッケ</b><br><small>胚芽精米、大麦、鶏肉、しょうが、玉ねぎ、醤油/油揚げ、小松菜、えのきたけ、味噌/十勝大豆コロッケ</small>                                       | <b>29日</b><br><b>昭和の日</b><br>                                                     | <b>30日</b><br><b>ツイストパン</b><br><b>コーンシチュー</b><br><b>あさりのスパゲッティ</b><br>サラダ<br><b>パイン缶</b><br><small>ツイストパン/ホールコーン、クリームコーン、ベーコン、玉ねぎ、にんじん、じゃがいも、パセリ、小麦粉、バター、スキムミルク、チーズ、牛乳、豆乳/あさり、しょうが、スパゲッティ、きゅうり、にんじん、醤油、味噌、ごま/パイン缶</small> | <b>1日</b><br><b>ごはん</b><br><b>豚汁</b><br><b>いわしのかば焼き</b><br><b>磯和え</b><br><small>豚肉、豆腐、じゃがいも、板こんにゃく、にんじん、大根、玉ねぎ、ごぼう、長ねぎ、しょうが、味噌/いわし、しょうが、小麦粉、醤油、ごま/白菜、小松菜、切りのり、醤油</small>         | <b>2日</b><br><b>肉うどん</b><br><b>シナモンポテト</b><br><b>清見オレンジ</b><br><small>ソフトめん、豚肉、油揚げ、にんじん、ほうれん草、長ねぎ、干しいたけ、たまごだけ、醤油/さつまいも/清見オレンジ</small>                               |

- ・天候や収獲状況などにより、果物等が変更になることがあります。
- ・給食で使用する「しらす」「ししゃも」「あさり」の中には、小さな甲殻類が混入している場合があります。
- ・調味料、だし等記載していないものもあります。詳しい献立表が必要な方は御連絡ください。

# 給食だより



札幌市立栄緑小学校  
札幌市立栄東小学校  
令和7年4月8日

## 御入学・御進級おめでとうございます

春の訪れを感じる季節となりました。新学期の給食提供は2～6年生は9日（水）から、1年生は14日（月）から開始します。給食室一同、子どもたちの心と体の成長を願い、安全でおいしい給食提供に努めてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。



### こんな給食を食べています



#### 牛乳.....



成長期に必要なカルシウム、ビタミンが豊富に含まれています。毎日1本（200ml）つきます。

#### ごはん.....



北海道産のお米を使用しています。自校で炊飯する味付きご飯には不足しがちなビタミンB1を補うため、胚芽精米と大麦を混ぜたものを炊いています。

#### パン.....



道産小麦を使っています。品種はキタホナミや春よ来いなどから組み合わせて使われています。

#### めん.....



一人分ずつ袋に入って学校にとどけられます。夏場は冷たいめんも登場します。減塩の観点から汁は飲まずに残すよう指導しています。

#### おかず.....



- ・主食に合わせて、2～3品のおかずが付き、和風、洋風、中華風など味に変化をもたせています。
- ・たんぱく質源が肉類に偏らないよう、魚介類、大豆製品なども積極的に取り入れています。
- ・カレーやシチューのルーは小麦粉から手作りしています。

### よろしくお願いします！

学校給食は、子どもたちの心身の健全な発達のために、栄養バランスのとれた食事を提供しています。また、食に関する指導を効果的に進めるための“教材”としての役割もあります。

食べる楽しみを感じ、味わいながら学べる給食を目指しますので、どうぞよろしくお願いいたします。



### 主食の曜日が変わります！

栄緑小学校では自校分と合わせて、栄東小学校の給食を作る「親子給食」方式で、調理員6名、栄養教諭1名で、約770食の給食を作ります。栄東小学校では3名の配膳員が給食を届けてくれます。

★主食の曜日は、

月曜日…自校炊飯（味付きごはん）

火曜日…白ごはん

水曜日…パン

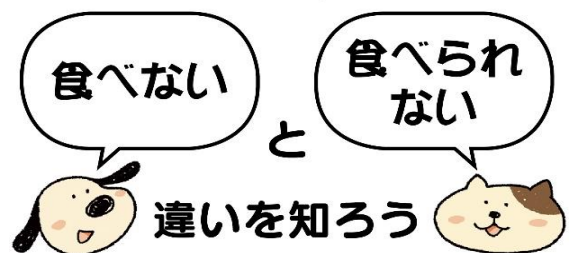
木曜日…白ごはん

金曜日…めん になります。



※自校炊飯は、大麦を混ぜた胚芽米を給食室で炊きます。

### 食物アレルギーの話



食物アレルギーとは、「すききらい」とは違い、原因となる食物にふれたり、食べたりしてしまうと、体がかゆくなったり、じんましんが出たりするなどし、場合によっては命にかかわる危険な状態になることもあります。無理に食べさせようとしたり、残していることを責めたりするのは絶対にやめましょう。



食べられないものがある場合は、おうちのひととしっかり話をし、食べられる献立を確認しましょう。