

1月の予定献立



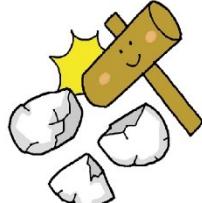
月	火	水	木	金
冬季休業日			15日 ごはん 白玉汁 さんまのかば焼き 酢の物 (わかめ・きゅうり)	16日 きつねうどん チーズポテト パイン缶
19日 豆腐入りカレーピラフ 釧路産たらフライ ヨーグルト和え	20日 豚すき丼 味噌汁 (高野豆腐・わかめ) いよかん	21日 横割りパンズ コーンクリームスープ いかバーグ あさりのスパゲティサラダ	22日 ごはん 豆腐とえびのチリソース煮 ししゃものから揚げ おひたし (小松菜・もやし)	23日 パスタクリームソース スペイシーポテト
胚芽精米、大麦、バター、ベーコン、焼き豆腐、にんじん、玉ねぎ、マッシュルーム、醤油/釧路産たらフライ/みかん缶、パイン缶、黄桃缶、なし缶、なつみかん缶、ヨーグルト	白飯、豚肉、しらたき、玉ねぎ、たけのこ、たもぎたけ、ほうれん草、醤油/凍り豆腐、塩わかめ、長ねぎ、味噌/いよかん	横割りパンズ/ホールコーン、クリームコーン、ベーコン、玉ねぎ、にんじん、小麦粉、バター、牛乳、豆乳、スキムミルク、チーズ/イカハンバーグ、醤油/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	豆腐、むきえび、にんじん、長ねぎ、干ししいたけ、グリーンピース、しょうが、ににく、小麦粉、醤油/カラフトししゃも、小麦粉、醤油/小松菜、もやし、糸かつお、醤油	ソフトパスタ、ベーコン、小松菜、玉ねぎ、たもぎたけ、小麦粉、バター、チーズ、牛乳、スキムミルク、豆乳、味噌/じゃがいも
26日	27日	28日	29日	30日
★ 給食週間 ★				
とりめし 味噌汁 (小松菜・厚揚げ) ちくわチーズつめ揚げ	カレーライス もやしのごまサラダ	揚げパン ワンタンスープ醤油 小松菜サラダ	ごはん さつま汁 ザンギ ごまあえ (ほうれん草、白菜)	みそラーメン きなこポテト アイスクリーム
胚芽精米、大麦、鶏肉、しようが、玉ねぎ、醤油/小松菜、厚揚げ、味噌/白ちくわ、チーズ、小麦粉、卵	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、ににく、グリーンピース、小麦粉、醤油/小松菜、もやし、ホールコーン、にんじん、醤油、ごま、味噌	コッペパン/ワンタン皮、豚肉、にんじん、ほうれん草、もやし、メンマ、長ねぎ、しょうが、ににく、醤油/ハム、緑豆春雨、ひじき、小松菜、醤油、ごま油	鶏肉、さつまいも、豆腐、板こんにゃく、にんじん、大根、ごぼう、長ねぎ、味噌/鶏肉、しょうが、ににく、卵、醤油/ほうれん草、白菜、ごま、醤油	ソフトラーメン、豚肉、玉ねぎ、にんじん、もやし、玉ねぎ、メンマ、ほうれん草、長ねぎ、茎わかめ、しょうが、ににく、ごま、味噌、醤油/じゃがいも、きな粉/アイスクリーム

- 天候や収穫状況などにより、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。

鏡開きは1月11日



1月11日は鏡開きの日です。お供えした鏡を下げてお汁粉にして食べます。鏡ものは、年神様へお供えした神聖なものなので、刃物で切るのではなく、木づちや手などで小さく割ります。



給食だより



札幌市立栄縁小学校
札幌市立栄東小学校
令和7年12月25日

～1月26日(月)～30日(金)は給食週間です！～

12月中に、栄縁小・栄東小学校の児童に給食週間で食べたいメニューのアンケートをとりました。
「ごはん」「パン」「めん」「おかず」「デザート」の5つの部門ごとにリクエストの多かったものが登場します。

【ごはん部門】

- 1位:カレーライス(207人)
2位:とりめし(137人)
3位:わかめごはん(114人)

【パン部門】

- 1位:揚げパン(352人)
2位:ハンバーガー(181人)
3位:食パン+チョコ(68人)

【めん部門】

- 1位:みそラーメン(223人)
2位:しょうゆラーメン(152人)
3位:しおラーメン(132人)

【おかず部門】

- 1位:ザンギ(356人)
2位:ちくわチーズつめあげ(80人)
3位:マーボー豆腐(66人)

【デザート部門】

- 1位:アイスクリーム(382人)
2位:いちごのデザート(76人)
3位:すだちゼリー(61人)

とりめし

《材料 4人分》

米	2合(320g)
A	
しょうゆ	大さじ1/2
酒	小さじ1
塩	少々
鶏がらスープ	380ml
鶏むね肉	80g
鶏もも肉	80g
しょうが	少々
酒	小さじ1
たまねぎ	1個(200g)
サラダ油	少々
B	
塩	少々
しょうゆ	大さじ1強
酒	小さじ1
みりん	小さじ1
砂糖	小さじ2

<作り方>

- 鶏肉は一口大に切り、すりおろしたしょうが、酒に付けておく。
- たまねぎは1cmの角切りにする。
- 鍋に油を熱し、鶏肉をよく炒める。さらに玉ねぎを入れて炒め、Bの調味料で味を調える。
- ③をざるにあけて汁と具に分けておく。
- 洗って浸漬した米に、④の煮汁とAの調味料、鶏がらスープを加えた水分量で炊く。
- 炊きあがったご飯に④の具を混ぜる。

