

給食だより 10月

札幌市立札幌中学校
札幌市立米里中学校
2026.9.28(月)

～ 今月の給食テーマ ～

玉ねぎ週間

札幌市の玉ねぎ『札幌黄』を知ろう！

10月の第1週目は「玉ねぎ週間」です。

給食では、札幌市東区で昔から大切に育てられてきた玉ねぎ「札幌黄」を使います。



札幌黄ってどんな玉ねぎ？

- ✓札幌市を代表する伝統的な玉ねぎ
- ✓明治時代から栽培されてきた歴史がある
- ✓肉厚でやわらかく、加熱すると甘みが強くなる
- ✓生産量が少なく、貴重な玉ねぎ

札幌黄は、札幌市で生まれ育った「黄色い」玉ねぎという意味からこの名前がついたと言われています。

札幌市で育った食材を、北海道で暮らす私たちが給食で味わえるのは、とても素敵なことです。

地産地消とは？

地元でつくられた食べ物を、地元で消費することです。
地元の食材を食べることは、地域の農業を応援することにもつながります。
今月は、「札幌黄」を味わいながら、北海道の食べ物や、それを育てている人たちにも目を向けてみましょう。



お知らせ①

ランチルーム給食を
実施します！

実施予定日

10月13日(火)～10月30日(金)

10月は、クラスごとにランチルーム給食を行います！

いつもとは少し違う場所で、みんなで楽しく給食を食べましょう！

Lunch
Time



お知らせ②

第47回 学校給食展のお知らせ

日時：令和8年10月10日(土)(11:00～18:00)

場所：札幌駅前通地下歩行空間(チ・カ・ホ)憩いの空間 北1条東

(出入口7番と9番出入口の間)

内容：

- 写真・パネル展示 ●食器の移り変わり
- 給食の実物展示 ●給食レシピの配布
- 給食についてのVTR放映
- もぐぺろクイズ ●給食レシピの配布
- 札幌市学校給食会共催による
パネル展示・パンフレットなどの配布
- 札幌市農業振興協議会による
パネル展示



★10月予定献立★

月 5日	火 6日	水 7日	木 8日	金 9日
タッピーミートソース タッピーサラダ	タッピーとりめし きのこ汁(味噌味) 北海道産ブリカツ	タッピーかき揚げ丼 味噌汁(小松菜・油揚げ) パイン缶	横割パンズ タッピーポタージュ 玉ねぎコロッケ(ケチャップソース) Feスライスチーズ 人参とコーンのサラダ	タッピースープカレー ハムコーンサラダ
【タッピーミートソース】ソフトパスタ, 豚肉, 大豆水煮, 玉ねぎ, にんじん, ねぎ, にんにく, 生姜, パセリ, トマト缶 【タッピーサラダ】ハム, キャベツ, きゅうり, コーン, 玉ねぎ, 白ごま	【タッピーとりめし】胚芽米, 大麦, 鶏肉, 生姜, 玉ねぎ 【きのこ汁】ぶなしめじ, えのきたけ, なめこ, にんじん, だいこん, ごぼう, 長ねぎ, 油揚げ 【北海道産ブリカツ(冷凍)】	【タッピーかき揚げ丼】白飯, あさり, 玉ねぎ, にんじん, ごぼう, しゅんぎく, ひじき, 切干大根, 卵 【味噌汁】厚揚げ, こまつな 【パイン缶】	【横割パンズ】 【タッピーポタージュ】ベーコン, じゃがいも, 玉ねぎ, パセリ, パター, 牛乳, 豆乳, スキムミルク, チーズ 【玉ねぎコロッケ(冷凍)】(ケチャップソース) 【Feスライスチーズ】 【人参とコーンのサラダ】ハム, にんじん, きゅうり, コーン	【タッピースープカレー】白飯, 鶏肉, じゃがいも, かぼちゃ, ぶなしめじ, 玉ねぎ, ねぎ, りんご, 生姜, にんにく, トマト缶 【ハムコーンサラダ】ハム, コーン, キャベツ, ごま油
12日	13日	14日	15日	16日
スポーツの日	小松菜ピラフ さばスパイス揚げ 洋なし缶	ご飯 さつま汁 さんまの煮付け ごま和え	背割コッパ ポテトスープ チキンカツ きなこクリーム	厚揚げ入り肉炒め丼 味噌汁(ごぼう・人参・大根) 柿
	【小松菜ピラフ】胚芽米, 大麦, パター, ベーコン, にんじん, 玉ねぎ, にんにく, コーン, こまつな 【さばスパイス揚げ】さば, 生姜, にんにく 【洋なし缶】	【白飯】 【さつま汁】豚肉, さつまいも, 豆腐, こんにゃく, にんじん, だいこん, ごぼう, 長ねぎ 【さんまの煮付け】さんま骨付き, 生姜 【ごま和え】ほうれんそう, もやし, ごま	【背割コッパ】 【ポテトスープ】ベーコン, じゃがいも, にんじん, 玉ねぎ, パセリ 【チキンカツ】鶏肉, 卵, パン粉 【きなこクリーム】豆乳, きな粉, パター	【厚揚げ入り肉炒め丼】白飯, 豚肉, メンマ, にんじん, もやし, こまつな, 厚揚げ, 玉ねぎ, りんご, 生姜, にんにく, ごま油, 白ごま 【味噌汁】だいこん, にんじん, ごぼう 【柿】
19日	20日	21日	22日	23日
味噌ラーメン アメリカンドッグ みかん	札教研	ご飯 スンドゥブチゲ ししゃものから揚げ ナムル	ツイストパン チキングラタン フレンチポテト 黄桃缶	ご飯 味噌汁(もやし・油揚げ) 焼きハンバーグ(照り焼きソース) 大根サラダ
【味噌ラーメン】ソフトラーメン, 豚肉, にんにく, ごま, ごま油, 生姜, もやし, 玉ねぎ, メンマ, にんじん, ほうれん草, 長ねぎ, くわわかめ 【アメリカンドッグ】ポークウインナー, ベーキングパウダー, 卵, 牛乳 【みかん】		【白飯】 【スンドゥブチゲ】豆腐, 豚肉, 生姜, にんにく, ごま油, あさり, にんじん, 玉ねぎ, えのきたけ, なら 【ししゃものから揚げ】カラフトししゃも(子持ち) 【ナムル】こまつな, もやし, にんじん, ごま油, 白ごま, ハム	【ツイストパン】 【チキングラタン】鶏肉, 玉ねぎ, マカロニ, にんじん, 牛乳, 豆乳, スキムミルク, チーズ, パン粉, 粉チーズ, パター, パセリ 【フレンチポテト】じゃがいも, 塩, 黒こしょう 【黄桃缶】	【白飯】 【味噌汁】もやし, 油揚げ 【焼きハンバーグ(冷凍)】(照り焼きソース) 【大根サラダ】だいこん, まぐろ水煮, きゅうり, にんじん, 白ごま, ごま油
26日	27日	28日	29日	30日
肉うどん あべかわだんご りんご	ビビンバ カレーコロッケ フルーツミックス	ご飯 豆腐の中華煮(えび入り) ほっけカレー揚げ しょうが和え	レーズンパン ベーコンシチュー ブロッコリーとコーンのサラダ パイン缶	豚すき丼 味噌汁(じゃがいも・わかめ) 星のコロッケ
【肉うどん】ソフトめん, 豚肉, 油揚げ, つと, にんじん, こまつな, 長ねぎ, 椎茸, たもぎたけ 【あべかわだんご】白玉もち, きな粉 【りんご】	【ビビンバ】胚芽米, 大麦, 豚肉, 焼き豆腐, メンマ, にんじん, ほうれん草, もやし, 白ごま, 長ねぎ, 生姜, にんにく, ごま油 【カレーコロッケ(冷凍)】 【フルーツミックス】みかん缶, パイン缶, なつみかん缶, 黄桃缶, なし缶	【白飯】 【豆腐の中華煮】豆腐, 豚肉, むきえび, にんじん, 玉ねぎ, たけのこ, たもぎたけ, 椎茸, 黒さくらげ, 生姜, にんにく, ごま油 【ほっけカレー揚げ】ほっけ, 米粉 【しょうが和え】こまつな, もやし, 生姜	【レーズンパン】 【ベーコンシチュー】ベーコン, じゃがいも, 玉ねぎ, にんじん, パセリ, パター, 牛乳, 豆乳, チーズ, スキムミルク 【ブロッコリーとコーンのサラダ】ハム, ブロッコリー, コーン, 白ごま 【パイン缶】	【豚すき丼】白飯, 豚肉, 白滝, 玉ねぎ, たけのこ, たもぎたけ, ほうれん草 【味噌汁】じゃがいも, 塩わかめ, 長ねぎ 【星のコロッケ(冷凍)】

★牛乳は毎日つきます。★果物については、天候や発育状況によって変更になる場合があります。

★献立名の下に主な使用食材が書いてあります。(詳しい食材が載った献立表が必要な方は、お知らせください。)