

10月 給食だより



令和7年9月30日
札幌市立西陵中学校
札幌市立琴似中学校

食欲の秋、スポーツの秋、読書の秋といわれるように、秋は気候もよく、充実した日々が過ごせる季節です。ただ、気温の変化により体調も崩しやすくなりますので、運動、栄養、休養のリズムを意識して、疲れやストレスを溜めない生活を心がけましょう。



第46回学校給食展のお知らせ

日時: 令和7年10月11日(土) (11:00~18:00)

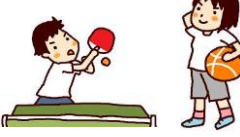
場所: 札幌駅前通地下歩行空間(チ・カ・ホ) 憩いの空間
北1条東 (出入口7番と9番出入口の間)

- 内容:**
- ★ 写真・パネル展示
 - ★ 食器の移り変わり
 - ★ 給食の実物展示
 - ★ 給食についてのVTR放映
 - ★ 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

よていにन्दて



*牛乳は、毎日つきます

月	火	水	木	金
10/6 ごはん みそ汁 さんまの煮付け ごま和え	7 パスタミートソース オニオンチップサラダ	8 小松菜ピラフ *西区産野菜(小松菜)使用 高野豆腐のフライ ブルーベリーゼリー	9 ごはん 豆腐の中華煮(えび入り) ほっけの味噌焼き たたききゅうり	10 コッペパン 小松菜グラタン チキンナゲット もやしのカレー和え
13 スポーツの日 	14 みそラーメン アメリカンドッグ 黄桃缶	15 とりめし 北海道産ブリカツ からし和え	16 ごはん スンドゥブチゲ ししゃものから揚げ ナムル(ねぎたれ)	17 背割コッペ ポテトスープ 白身魚フライ きなこクリーム
20 ごはん 厚揚げのカレーソース Feちゃんぎょうざ ミニトマト	21 札幌教 秋の研究集会  給食はありません	22 合唱コンクール  給食はありません	23 豚すき丼 みそ汁 りんご	24【★リザーブ給食】 ★ザンタレバーガー ★たらフライチズバーガー オニオンポタージュ 温州みかんゼリー
27 ごはん コーンクリームスープ 焼きハンバーグ・おろしソース ミニトマト	28 肉うどん *西区産野菜(小松菜)使用 カレーコロッケ 柿	29 里の味ごはん さわらのオートミールフライ おひたし	30 スープカレー あさりのサラダ	31 ロールパン ベーコンシチュー ブロッコリーとコーンのサラダ パイン缶詰

【西陵中学校 行事予定】 10月15日(水)、16日(木) 6組宿泊学習 17日(金) 6組休養日

