

給食だより



札幌市立真栄小学校
令和8年4月8日

ご入学・ご進級おめでとうございます

2～6年生は9日（木）から、1年生は14日（火）から給食が始まります。今年度は美しが丘小約200名、真栄小約420名の給食を栄養教諭1名、調理員6名で作ります。安全でおいしい給食の提供に努めてまいります。日々の給食へのご理解とご協力を何卒よろしくお願いいたします。

学校給食について

美しが丘小の給食室で美しが丘小と真栄小の給食を調理しています。

主食

月	火	水	木	金
委託炊飯	めん	自校炊飯	委託炊飯	パン

※祝日や行事で変更になることもあります。

お米は道産米を使用しています。

自校炊飯（味つきごはん）には胚芽米を使用しています。

パン・めんは道産小麦を使用しています。

めんは袋に入れられ、温かい状態で届けられます。

夏には冷たい麺を使用します。

牛乳

毎日200mlつきます。

サツラクさんから毎日届けられ、専用の冷蔵庫で保管します。

成分は市販のものと同じです。



おかず

献立により2～3品つき、和

風、洋風、中華風と変化をもたせています。郷土料理や季節の行事食も献立に登場します。

食に関する指導について



教科等の時間



給食の時間

栄養教諭が巡回し、指導を行います。例年、給食時間の指導の他に、各教科や総合的な学習の時間と関連づけた食育も行っています。きよた野菜や減塩について今年度も指導予定です。

栄養や健康について学び、自分の健康を考えることができる子を育てていきます。

給食ぶくろに入れるものの確認をお願いいたします！

エプロン



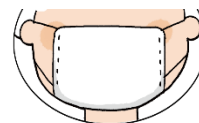
さんかくきん・ぼうし



ランチマット



マスク




きゅうしょくぶくろ



エプロン・帽子（三角巾）・ランチマット・マスクと、これらを入れる袋の準備をお願いいたします。特にマスクが忘れがちとなっております。給食を盛り付ける際につけることとなりますので、忘れずに準備をお願いいたします。2・3枚入れておくと汚れたときも安心です。

4月のこんだて

月	火	水	木	金
<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳は毎日200ml付きます。 ・☆は卵を使用しています。 ・●は乳を使用しています。 ・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。 		<p>8日</p> <p>始業式・入学式 給食なしとなります。</p> 	<p>9日</p> <p>厚揚げ入り肉炒め丼 すましじる ジュースオレンジ</p> <p>豚肉 メンマ 人参 もやし 小松菜 厚揚げ 醤油 玉ねぎ りんご しょうが にんにく 豆板醤 ごま油 ごま/豆腐 カットわかめ しいたけ 長ねぎ 醤油/ジュースオレンジ</p>	<p>10日</p> <p>☆●黒コッペパン ●チキンクリーム煮 コールスローサラダ 黄桃缶</p> <p>鶏肉 マカロニ 人参 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/キャベツ 人参 コーン/黄桃缶</p>
	<p>13日</p> <p>ごはん すき焼き 揚げポークシュウマイ おかかふりかけ</p>	<p>14日</p> <p>●コーンピラフ チキンナゲット パイン缶</p> <p>1年生給食開始</p>	<p>15日</p> <p>とりめし みそじる ●白花豆コロッケ</p>	<p>16日</p> <p>カレーライス 小松菜とベーコンのサラダ</p>
<p>豚肉 醤油 焼き豆腐 白滝 玉ねぎ 白菜 長ねぎ たもぎたけ 焼き麩 春 菊 しいたけ/ポークシュウマイ/しらす 醤油 糸かつお ごま</p>	<p>胚芽精米 大麦 バター ベーコン 玉 ねぎ 人参 コーン マッシュルーム パセリ/鉄腕チキンナゲット/パイン缶</p>	<p>胚芽精米 大麦 醤油 鶏肉 しょうが 玉ねぎ/油揚げ 小松菜 えのきたけ み そ/白花豆コロッケ</p>	<p>豚肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ セロ リー/りんご しょうが にんにく グ リンピース 小麦粉 醤油/ベーコン 小 松菜 もやし 醤油 ごま</p>	<p>コーン ベーコン 玉ねぎ 人参 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 醤油 きゅうり キャベツ 人参 ごま油 ごま/清見オレンジ</p>
<p>20日</p> <p>ごはん 豚汁 鶏肉の照り焼き おひたし</p>	<p>21日</p> <p>きつねうどん ごまポテト 甘夏かん</p>	<p>22日</p> <p>ゆであげミートソース フレンチポテト</p>	<p>23日</p> <p>ごはん マーボー豆腐 いわしのかばやき半身 磯和え</p>	<p>24日</p> <p>☆●横割パンズ 麦入り野菜スープ レバー入りハンバーグ フルーツミックス</p>
<p>豚肉 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 みそ/鶏肉 醤油 しょうが 小麦粉 ごま/ほうれん草 白菜 糸かつ お 醤油</p>	<p>油揚げ 醤油 つと しいたけ 長ねぎ たもぎたけ ほうれん草/じゃがいも ご ま/なつみかん</p>	<p>スパゲティ パセリ 豚肉 玉ねぎ 人 参 大豆水煮 マッシュルーム セロ リー にんにく 小麦粉 醤油/フレンチ ポテト</p>	<p>豆腐 豚肉 しょうが にんにく 人参 長ねぎ しいたけ みそ 醤油 ごま油 豆板醤/いわし 小麦粉 醤油 しょうが ごま/小松菜 もやし 醤油</p>	<p>ベーコン 玉ねぎ 人参 キャベツ セロ リー パセリ 押麦 醤油/レバー入りハ ンバーグ/みかん缶 パイン缶 りんご缶 黄桃缶 梨缶</p>
<p>27日</p> <p>和風そぼろごはん みそじる Feちゃんギョウザ</p>	<p>28日</p> <p>しょうゆラーメン きなこポテト りんご</p>	<p>29日</p> <p>昭和の日</p> 	<p>30日</p> <p>ごはん けんちんじる ひじき春巻 ごま和え</p> <p>鶏肉 豆腐 つきこんにゃく 人参 大 根 ごぼう 長ねぎ 醤油/ひじき春巻/ ほうれん草 もやし ごま 醤油</p>	<p>5月1日</p> <p>☆●コッペパン ●ポーククリームシチュー ほうれん草とコーンのサラダ パイン缶</p> <p>豚肉 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/ほうれん草 コーン ごま 醤油/パイン缶</p>



食指導の様子やレシピ等も掲載していきますので、ご家庭で話題にさせていただけますと幸いです。
 その他給食についてのご質問、アレルギーのご相談などがございましたら
 美しが丘小栄養教諭：松本までご連絡ください。(TEL:884-9860)