

給食だより



札幌市立真栄小学校
札幌市立美しが丘小学校
令和8年6月30日

気温や湿度が上がるこの時期は、食中毒への注意が特に必要な季節です。学校給食では、手洗いや食材の温度測定などの衛生管理を徹底し、安全を第一に給食を提供しています。食中毒を防ぐためには、ウイルスや菌を「つけない・増やさない・やっつける」が鉄則です。ご家庭でも、おうちに入る時や食べる前の手洗いについて、ぜひお子さまと一緒に確認してみてください。

家庭での食中毒予防のポイント

食中毒は、家庭の食事で発生する危険性もあります。日頃から食中毒予防を心がけましょう。

1 食品の購入

肉、魚、野菜などは、新鮮なものを選び、表示のある食品は、消費期限などを確認しましょう。購入後は、寄り道せずに帰りましょう。



2 家庭での保存

冷蔵や冷凍が必要な食品は、帰宅後すぐに冷蔵庫や冷凍庫に入れましょう。冷蔵庫で細菌が死ぬわけではありません。早めに使いきりましょう。



3 下準備

手は石けんで洗い、生の肉や魚と生で食べる食品は、包丁やまな板を使いましょう。生の肉、魚、卵を扱った後も手を洗いましょう。



4 調理

石けんで手洗いをし、加熱して調理する食品は十分に加熱しましょう。調理を中断する時は、料理を室温に放置せずに、冷蔵庫に入れましょう。



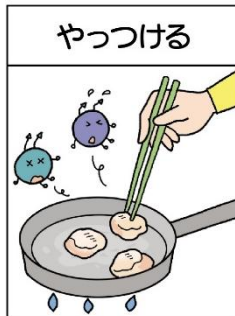
5 食事

清潔な手で、清潔な器具を使って、清潔な食器に盛りつけましょう。食べる前は石けんでしっかりと手洗いをしましょう。



6 残った食品

残った食品は、小分けにして保存します。保存した食品はなるべく早めに食べるようにして、温め直す時は十分に加熱しましょう。



親子料理教室のご案内

【親子料理教室】清田区産の野菜を使用して、親子で調理実習を行います！

日時：令和8年7月31日（金）10：30～13：30

対象：清田区在住、小学3～6年生とその保護者8組（抽選）※保護者1名につき対象児童1名の参加

会場：清田区民センター2階 料理実習室（清田1条2丁目5-35）

参加費：無料 メニュー：ツナとコーンのトマトカレー・ほうれんそうとウィンナーのサラダ・ヨーグルト寒天

（清田区産のほうれんそう「ポーラスター」を使用します！）

申込方法：申し込みフォーム（二次元コードより）

申込期間：7月6日（月）～7月17日（金）

お問い合わせ：清田区健康・子ども課健やか推進係 TEL889-2049

主催：清田区食生活改善推進員協議会 協力：清田区食育推進ネットワーク



お申し込みは
こちらから！





7月のこんだて



月	火	水	木	金
<p>暑い夏も給食を食べて 元気に過ごしましょう!</p> 		<p>1日 ●小松菜ピラフ ☆高野豆腐のフライ フルーツミックス</p>	<p>2日 タコライス ワカメスープ 沖縄パインゼリー</p>	<p>3日 ☆●黒コッペパン ●あさりのチャウダー コールスローサラダ りんご缶</p>
		<p>胚芽精米 大麦 バター ベーコン 人参 玉ねぎ にんにく コーン 小松菜 醤油/凍り豆腐 醤油 小 麦粉 ごま 卵 パン粉/みかん缶 パイン缶 黄桃缶 なし缶</p>	<p>豚肉 大豆水煮 玉ねぎ 人参 しょうが にんにく コーン レタ ス 小麦粉 醤油/カットわかめ 豆腐 しいたけ 長ねぎ 醤油 ご ま ごま油/沖縄パインゼリー</p>	<p>あさり ベーコン ジャがいも 玉 ねぎ 人参 パセリ 小麦粉 バ ター 牛乳 豆乳 スキムミルク チーズ/キャベツ 人参 コーン/り んご缶</p>
<p>6日 ☆とり天丼 みそしる 磯和え</p>	<p>7日 パスタミートソース 人参とコーンのサラダ</p>	<p>8日 レタス入り焼豚チャーハン 白花豆コロッケ 黄桃缶</p>	<p>9日 ごはん マーボー豆腐 ひじき春巻 おひたし</p> 	<p>10日 ☆●コッペパン ●ベーコンシチュー もやしのごまサラダ 冷凍みかん</p> 
<p>鶏肉 醤油 しょうが にんにく 小麦粉 卵/ジャがいも 玉ねぎ カットわかめ みそ/小松菜 もやし し もみのり 醤油</p>	<p>豚肉 大豆水煮 玉ねぎ 人参 マッシュルーム セロリー にんに く パセリ 小麦粉 醤油/ハム 人参 きゅうり コーン 醤油</p>	<p>胚芽精米 大麦 醤油 豚肉 長ね ぎ しょうが にんにく 人参 玉 ねぎ コーン しいたけ レタス ごま油/白花豆コロッケ/黄桃缶</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/ひじき春巻/小 松菜 もやし 糸かつお 醤油</p>	<p>ベーコン ジャがいも 玉ねぎ 人 参 パセリ 小麦粉 バター 牛乳 豆乳 スキムミルク チーズ/ほうれ ん草 コーン もやし 人参 醤油 みそ ごま 豆板醤/冷凍みかん</p>
<p>13日 ごはん さつまじる ☆●シュウマイフリッター しょうが和え</p> <p>真栄小 たんぽぽ学級 給食なし</p>	<p>14日 ピリカラ冷やしラーメン きなこポテト すいか</p>	<p>15日 ひじきごはん みそしる メンチカツ</p>	<p>16日 ごはん 豆腐のカレーソース 揚げぎょうざ たたききゅうり</p>	<p>17日 ☆●背割コッパ ●キャロットポタージュ セルフドック パイン缶</p>
<p>鶏肉 さつまじも 豆腐 板こんにゃく 人参 大根 ごぼう 長ねぎ みそ/ポークシュウマイ 小麦粉 卵 牛乳/小松菜 もやし しょうが 醤油</p>	<p>ハム 人参 きゅうり コーン ごま油 ラー油 ごま 醤油 みそ 玉ねぎ しょうが にんにく 豆板 醤/ジャがいも きなこ/すいか</p>	<p>胚芽精米 大麦 鶏肉 ひじき 油 揚げ しらたき 人参 グリンピース ス 醤油/凍り豆腐 小松菜 みそ/ メンチカツ</p>	<p>豆腐 豚肉 玉ねぎ 人参 しょうが にんにく グリンピース りんご 小麦粉 醤油/ぎょうざ/きゅうり 醤油 ごま油 ごま</p>	<p>ベーコン 玉ねぎ 人参 ジャがいも パセリ 小麦粉 バター チーズ スキムミルク 牛乳 豆乳/チキン ウインナー/パイン缶</p>
<p>20日</p> 	<p>21日 冷麦 フレンチポテト 冷凍みかん</p> 	<p>22日 ●ほうれん草ピラフ チキンナゲット フルーツカクテル</p> 	<p>23日 スタミナ丼 みそしる パイン缶</p>	<p>24日 ☆●横割ハンズ ポテトスープ フィッシュバーガー 鱈 ブルーベリーゼリー</p> <p>給食袋を持ち帰りましょう!</p>
	<p>油揚げ しいたけ 醤油 つと きゅうり 長ねぎ/ジャがいも/冷凍 みかん</p>	<p>胚芽精米 大麦 バター ベーコン 人参 玉ねぎ にんにく コーン ほうれん草/鉄腕チキンナゲット/み かん缶 パイン缶 黄桃缶 梨缶 なつみかん缶 りんごジュース</p>	<p>豚肉 メンマ 人参 もやし なら 醤油 玉ねぎ りんご しょうが にんにく 豆板醤 ごま油 ごま/ 大根 油揚げ みそ/パイン缶</p>	<p>ベーコン ジャがいも 人参 玉ねぎ パセリ 醤油/釧路産鱈フライ/ ブルーベリーゼリー</p>

- ・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。

