

いただきます



8月



令和 8 年 7 月 24 日

新発寒小学校

新陵小学校

夏の訪れとともに、なす・トマト・とうもろこしなど、彩り豊かな夏野菜が出回っています。旬の食材は栄養価も高く、体の調子を整えてくれます。給食でも、地元でとれる夏ならではの食材を使った献立を通して、子どもたちに食べる楽しさを伝えていきます。

8月31日は野菜の日



8月は、
野菜摂取強化月間です！

8月31日は「野菜の日」です。野菜はビタミン、ミネラル、食物繊維が豊富です。さらに野菜特有の色や香りのもとになる成分にも体によいはたらきをするものがたくさん発見されています。とくに夏に旬を迎える夏野菜は価格も手ごろで、種類も豊富です。31日（月）の給食は夏野菜がたっぷり入った野菜カレーです。

地産地消！

手稲区でうまれた
「大浜みやこかぼちゃ」
をつかって作ります！

8月31日(月) 野菜カレー



玉ねぎ、かぼちゃ、
人参、なす、
さやいんげん、
ぶなしめじなどの
野菜がたっぷり
はっています！

8がつ よていこんだて

※牛乳（200ml）は毎日つきます。

月	火	水	木	金
24日 ぶたミックスどん だいこんと あぶらあげのみそ汁 たたききゅうり	25日 ミートと ズッキーニのスパゲッティ あおのりポテト	26日 ごぼうピラフ いわしのカリカリフライ つぶつぶレモンゼリー	27日 ごはん さつま汁 やさいはるまき おかかふりかけ	28日 くろコッペパン ワンタンスープしお味 チキンナゲット とうもろこし 
精白米、豚肉、しょうが、厚揚げ、玉ねぎ、たけのこ、人参、ピーマン、白ごま等／大根、油揚げ等／きゅうり、白ごま等	スパゲッティ、パセリ、豚肉、玉ねぎ、人参、大豆、マッシュルーム、セロリー、にんにく、ズッキーニ等／じゃがいも、青のり等	胚芽精米、大麦、バター、ベーコン、ごぼう、玉ねぎ、人参、にんにく、コーン、パセリ等／いわしのカリカリフライ／つぶつぶレモンゼリー	精白米／豚肉、さつまいも、豆腐、こんにゃく、人参、大根、ごぼう、長ねぎ、しょうが等／野菜春巻／しらすぼし、かつお節、切りのり、青のり、白ごま等	黒コッペパン／ワンタン、豚肉、人参、ほうれん草、もやし、メンマ、長ねぎ、しょうが、にんにく等／チキンナゲット／とうもろこし
31日 おおはまみやこ かぼちゃ入り！ 野菜カレー れいとうみかん 	1日 ひやしらーめん きなこポテト ようなしかん	2日 わかめごはん こうやどうふと こまつなのみそ汁 レバーいりメンチカツ	3日 ごはん けんちん汁しょうゆ味 にほんかいさん ホッケフライ のりのつくだに	4日 よこわりバンズ キャロットポタージュ ハンバーガー パインかん
精白米、豚肉、玉ねぎ、かぼちゃ、人参、なす、さやいんげん、ぶなしめじ、セロリー、りんご、しょうが、にんにく、トマト缶等／冷凍みかん	ソフトラーメン、ハム、もやし、きゅうり、人参、白ごま、茎わかめ等／じゃがいも、きな粉等／洋梨缶	胚芽精米、大麦、炊き込みわかめ、白ごま等／高野豆腐、小松菜等／レバー入りメンチカツ等	精白米／鶏肉、豆腐、こんにゃく、人参、大根、ごぼう、長ねぎ等／日本海産ホッケフライ／のり、ひじき、水あめ等	横割バンズ／ベーコン、玉ねぎ、人参、じゃがいも、パセリ、バター、チーズ、スキムミルク、牛乳、豆乳等／ハンバーグ等／パイ缶

* 果物や野菜は、予告なく変更になることがあります。

* わかめなどの海藻類や、しらす干し、ししゃも、あさりなどには、小さなえびやカニが混入していることがあります。

また、ししゃもは、えさとして食べたエビやカニが内蔵に入っている可能性があります。

* 献立下欄には、主な使用食材を記載しています（全ての食材を記載してはいません）。