



給食だより

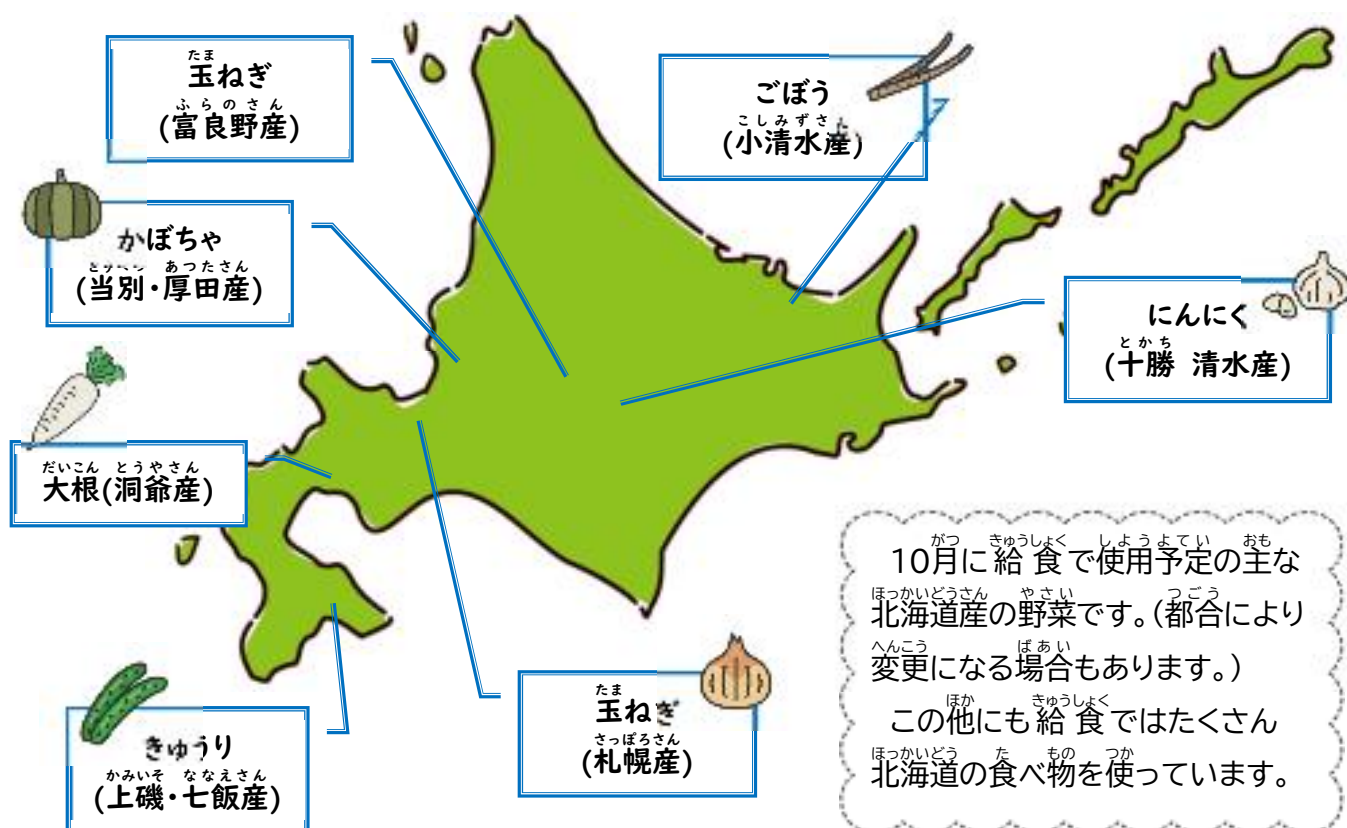


◆◆ 札幌市立光陽小学校・札幌市立新琴似小学校 ◆◆ 令和7年9月26日(金)



地場産物を使った給食

わたしたちの住む北海道では、米・肉・魚・野菜・牛乳などの食べ物が作られ、給食でも北海道産の食べ物をたくさん使っています。地元で作られた食べ物を食べることを『地産地消』といいます。



10月 よていこんだて

月	火	水	木	金
		1 たきこみいなり ブリカツ すまし汁 (胚芽精米、大麦、油揚げ、人参、干椎茸、ひじき、白ごま、焼きのり)(ぶり、パン粉等) (木綿豆腐、塩わかめ、干椎茸、長ねぎ、むろあじ、昆布、宗田)	2 ごはん さつまい サバの照り焼きソース おひたし (豚肉、さつまいも、木綿豆腐、板こんにゃく、人参、大根、ごぼう、長ねぎ、むろあじ、昆布)(サバ)(小松菜、もやし、糸かつお)	3 背割りコッパ かぼちゃのポタージュ チキンウインナー 果物(パイン缶) (ベーコン、かぼちゃ、玉ねぎ、パセリ、バター、牛乳、豆乳、スキムミルク、チーズ、鶏がらスープ)(鶏肉、豚肉等)

月	火	水	木	金
6 ごはん マーボー豆腐 ししゃものからあげ おひたし	7 カレーラーメン シナモンポテト 果物(洋梨缶)	8 チキンウインナーライス ほっけのオートミールライ 果物(パイン缶)	9 玉ねぎのかき揚げ丼 みそ汁 果物(りんご)	10 角食 オニオンポタージュ 十勝大豆コロッケ ミニトマト ブルーベリージャム
(木綿豆腐、豚ひき肉、しょうが、にんにく、人参、長ねぎ、干椎茸)(カラフトししゃも)(ほうれん草、白菜、糸かつお)	(豚肉、しょうが、にんにく、メンマ、もやし、白菜、人参、玉ねぎ、ほうれん草、長ねぎ、カットわかめ、カレールウ、トマトピューレ、りんご、鳥がら、豚骨、煮干し、昆布、玉ねぎ、人参)(さつまいも、シナモン)	(胚芽精米、大麦、バター、トマトジュース、チキンウインナー、玉ねぎ、人参、マッシュルーム、グリーンピース)(ほっけ、卵、オートミール)	(むきえび、あさり水煮、さくらえび、玉ねぎ、人参、ごぼう、春菊、ひじき、卵)(高野豆腐、塩わかめ、長ねぎ、むろあじ、昆布)	(ベーコン、じゃがいも、玉ねぎ、パセリ、バター、牛乳、豆乳、スキムミルク、チーズ、鶏がらスープ)(じゃがいも、大豆、玉ねぎ、乾燥マッシュポテト等)(ブルーベリー、水あめ等)
13 スポーツの日 	14 みそバターコーンラーメン きなこポテト 果物(黄桃缶)	15 とりめし ちくわチーズつまあげ ごまあえ	16 ごはん カレー肉じゃが サバの香味あげ 磯和え	17 背割りコッパ 塩ワントンスープ お好みあげ チョコクリーム
	(豚ひき肉、玉ねぎ、人参、しょうが、にんにく、白すりごま、もやし、玉ねぎ、メンマ、人参、ほうれん草、長ねぎ、バター、ホールコーン、鳥がら、豚骨、煮干し、玉ねぎ、人参)(じゃがいも、きなこ)	(胚芽精米、大麦、鶏がらスープ、鶏肉、しょうが、玉ねぎ)(白ちくわ、チーズ、卵)(小松菜、もやし、白すりごま)	(豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、しらたき、さやいんげん、干椎茸、たまごたけ、しょうが)(サバ、しょうが、にんにく)(小松菜、白菜、もみのり)	(ワントン皮、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、鳥がら、豚骨、昆布、玉ねぎ、人参)(あさり水煮、むきえび、たんざくいか、ベーコン、キャベツ、切干大根、ホールコーン、ひじき、卵、糸かつお、青のり)(豆乳、チョコレート、ピュアココア)
20 ハヤシライス 大根サラダ	21 五目うどん ごまポテト 果物(パイン缶)	22 深川めし みそ汁 高野豆腐のフライ	23 ごはん きのご汁 みそ さんまの煮つけ 果物(早生みかん)	24 コッパパン 小松菜のクリーム煮 ぶりスパイスあげ 果物(柿)
(豚肉、玉ねぎ、人参、じゃがいも、セロリ、しょうが、にんにく、マッシュルーム、グリーンピース、トマトピューレ、トマトホール缶、鶏がらスープ)(大根、まぐろ水煮、きゅうり、人参、白ごま)	(鶏肉、油揚げ、つと、人参、ほうれん草、ごぼう、長ねぎ、干椎茸、たまごたけ、むろあじ、昆布)(じゃがいも、白すりごま)	(胚芽精米、大麦、あさり水煮、しょうが、人参、ごぼう、葉大根)(もやし、油揚げ、むろあじ、昆布)(高野豆腐、白すりごま、卵、白ごま)	(ぶなしめじ、えのきたけ、なめこ、人参、大根、ごぼう、長ねぎ、油揚げ、むろあじ、昆布)(さんま、しょうが)	(ベーコン、小松菜、マカロニ、人参、玉ねぎ、マッシュルーム、バター、チーズ、牛乳、豆乳、スキムミルク、鶏がらスープ)(ぶり、しょうが、にんにく)
27 ごはん 豆腐の中華煮 あげポークシュウマイ ナムル	28 パスタミートソース オニオンチップサラダ	29 鮭ごはん うの花コロッケ みそ汁	30 ごはん 三平汁 豚肉と野菜の炒め物 果物(早生みかん)	31 横割バンズ ベーコンシチュー 揚げハンバーグ スライスチーズ 果物(柿)
(木綿豆腐、豚肉、むきえび、人参、玉ねぎ、たけのこ水煮、干椎茸、黒きくらげ、しょうが、にんにく)(玉ねぎ、豚肉、牛肉、鶏肉等)(小松菜、もやし、人参、白ごま)	(豚ひき肉、大豆水煮、玉ねぎ、人参、マッシュルーム、セロリ、にんにく、パセリ、トマトピューレ、トマトホール缶、鶏がらスープ)(ハム、キャベツ、きゅうり、ホールコーン、玉ねぎ、白ごま)	(胚芽精米、大麦、鮭フィレ、炊き込みわかめ、白ごま)(じゃがいも、ごぼう、人参、玉ねぎ、おから、ひじき等)(大根、油揚げ、むろあじ、昆布)	(鮭ダイス、豆腐、じゃがいも、人参、大根、板こんにゃく、長ねぎ、むろあじ、昆布)(豚肉、しょうが、たけのこ水煮、人参、ピーマン、白ごま)	(豚ひき肉、大豆水煮、玉ねぎ、人参、マッシュルーム、セロリ、にんにく、パセリ、トマトピューレ、トマトホール缶、鶏がらスープ)(ハム、キャベツ、きゅうり、ホールコーン、玉ねぎ、白ごま)

9日(木): 光陽小 あおぞら学級給食なし 27日(月): 光陽小 振替休業日
 28~30日: 新琴似小 5年生給食なし

- ・牛乳は毎日 200ml が1本つきます。
- ・使用食材の _____ はスープ・だし用食材、_____ は加工品(冷凍品)の原材料です。
- ・価格や市場への入荷状況により、野菜や果物が変更になる場合があります。
- ・海産物には、小さなえび・かにが混入している場合があります。
- ・ししゃもはメス(魚卵付き)を使用しています。
- ・使用食材は調味料などを省略しています。詳しい情報が必要な場合は、光陽小にお問合せください。