



2026年4月10日 新琴似西小学校

## ご入学 おめでとうございます

ご入学おめでとうございます。1年生は、4月14日（火）より給食が始まります。給食時間が学校生活の楽しみの一つになってもらえたらうれしいです。ご理解の程、よろしく申し上げます。

### 札幌市の学校給食は・・・

札幌市の学校給食は、昭和22年に開始された当初、児童の体位向上のため、栄養を満たすことが一番の目的でした。現在では、生涯健康に過ごすことができるよう、何をどのように食べていくと良いのかを身に付けさせるための指導に活用するとともに、「教育の一環」として位置づけられています。給食を通して、マナーや豊かな社会性を見に付けたり、地域の産物や食文化についても学んでいきます。

### こんな給食を食べています



**牛乳**・・・・・・・・・・・・・・・・  
成長期に必要なカルシウムを多く含みます。  
1日1本（200ml）付きます。



**ごはん**・・・・・・・・・・・・・・・・  
米飯給食は週3回です。お米は道産米で、白飯には精白米を、炊き込みご飯には胚芽精米を使用しています。



**めん**・・・・・・・・・・・・・・・・  
うどん・ラーメン・スパゲティは一人分ずつ小袋に入り、温かい状態で学校へ届けられます。夏場は冷たいめんを使用します。本校でパスタを茹でる献立もあります。



**パン**・・・・・・・・・・・・・・・・  
道産小麦を使っています。品種は「キタホナミ」や「春よ恋」などからいろいろ組み合わせで使います。



**おかず**・・・・・・・・・・・・・・・・  
献立により2～3品つき、和・洋・中華と味に変化をもたせています。スープやだしをとるときは、豚骨、鶏がら、昆布や削り節を使っています。カレーライスやシチューなどのルウも、小麦粉やバター、植物油から作ります。

### 新琴似緑小・西小の給食

7名の調理員と栄養教諭で新琴似緑小学校・新琴似西小学校合わせて約970名分の給食を作っていきます。子どもたちの心身の健康を願い、安心安全で、将来思い出の味となるような美味しい給食提供に努めて参ります。保護者の皆様の御理解と御協力をお願いします。

主食の曜日は…

月曜日	自校炊飯
火曜日	白飯
水曜日	パン
木曜日	白飯
金曜日	麺 となっています。

※自校炊飯では緑小でご飯を炊きます。変更になる場合もあります。

### 御準備をお願いします

\*エプロン                    \*ランチマット  
\*帽子（三角巾）       \*マスク

記名を忘れずにお願いします。

ハンカチは手洗いの後に使うので、毎日清潔なものを用意してください。

★教室の机がそのまま食事をするテーブルになります。清潔なランチマットを毎日必ず持参させてください。

★エプロンと帽子は毎週金曜日に持ち帰りとなります。洗濯をして月曜日に持たせてください。



# 4月のよていにこんだて



月	火	水	木	金
<p>※牛乳（200ml）は毎食付きます。            ※献立に使用している主な使用食材を記入しています。詳しい食材表が必要な方は、栄養教諭までご連絡ください。            ※天候や入荷状況等により献立や食材、果物は連絡なく変更する場合があります。            ※ししゃもやしらす、わかめなどの小魚や海藻には、小さなかに・えびなどの甲殻類や貝殻等が混入している可能性があります。            ☆必ず清潔なエプロン・三角巾・マスク・ランチマットを持たせてください。身支度がないと、盛り付けや配りなどの係はできません。また記名もお忘れなくお願いします。</p>				
13 	14 カレーライス こまつなとベーコンの サラダ 白飯・豚肩肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ・セロリ・グリーンピース・小麦粉・カレー粉・カレールウ・ウスターソース・中濃ソース/ベーコン・小松菜・もやし・醤油・穀物酢・白ごま	15 よこわりバンズ むぎゆりやさいスープ レバーいりハンバーグ フルーツミックス 横割りバンズ/ベーコン・人参・玉ねぎ・キャベツ・パセリ・押麦・醤油/レバー入りハンバーグ・ケチャップ・赤ワイン・きび砂糖/みかん缶詰・パイン缶詰・りんご缶詰・黄桃缶詰・梨缶詰・上白糖	16 わふうそぼろごはん みそしる てっちゃんぎょうざ 白飯・鶏ひき肉・焼き豆腐・切り干し大根・干しいたけ・ひじき・ごぼう・人参・白ごま・赤味噌・醤油・きび砂糖/厚揚げ・小松菜・白味噌・赤味噌・昆布/てっちゃんぎょうざ	17 しょうゆラーメン きなこポテト おうとうかんづめ ソフトラーメン・豚もも肉・メンマ・つと・もやし・玉ねぎ・人参・長ねぎ・ほうれん草・茎わかめ・醤油・清酒・黒こしょう・しょうが・にんにく/冷凍ポテト・きな粉・きび砂糖/黄桃缶詰
20 コーンピラフ チキンナゲット りんご 胚芽米・大麦・ベーコン・玉ねぎ・人参・ホールコーン・マッシュルーム・パセリ・白ワイン・黒こしょう/鉄腕チキンナゲット/りんご	21 ごはん けんちんじる ひじきはるまき ごまあえ 白飯・鶏もも肉・豆腐・つぎこんにゃく・人参・大根・ごぼう・長ねぎ・清酒・醤油・昆布・むろ/ひじき春巻/ほうれん草・もやし・白すりごま・醤油・きび砂糖	22 コッペパン ポーククリームシチュー ほうれんそうと コーンのサラダ パインかんづめ コッペパン/豚もも肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・パセリ・白ワイン・小麦粉・バター・牛乳・豆乳・スキムミルク・白こしょう/ほうれん草・ホールコーン・白ごま・きび砂糖・穀物酢・パイン缶詰	23 ごはん とんじる とりにくのてりやき おひたし 白飯/豚肩肉・豆腐・じゃがいも・板こんにゃく・人参・大根・玉ねぎ・ごぼう・清酒・長ねぎ・白味噌・赤味噌/鶏むね肉・片栗粉・清酒・小麦粉・白ごま/ほうれん草・白菜・糸かつお・醤油	24 ゆであげミートソース フレンチポテト スパゲティ・豚もも肉・玉ねぎ・人参・マッシュルーム・大豆水煮・カレー粉・ケチャップ・パセリ・ナツメグ・オリーブ油・赤ワイン・ウスターソース/冷凍ポテト・黒こしょう
27 とりめし みそしる しろはなまめコロッケ 胚芽米・大麦・鶏むね肉・鶏もも肉・玉ねぎ・しょうが・清酒・醤油・きび砂糖・みりん風味調味/油揚げ・小松菜・えのぎ・白味噌・赤味噌/白大豆コロッケ	28 あつあげいり にくいためどん すましじる ジューシーオレンジ 白飯・豚肩肉・メンマ・人参・もやし・小松菜・厚揚げ・玉ねぎ・片栗粉・きび砂糖・ウスターソース・ごま油/豆腐・わかめ・干しいたけ・長ねぎ・醤油・清酒・昆布/ジュシーオレンジ	29 	30 ごはん すきやき あげポークシュウマイ おかかふりかけ 白飯/豚肩肉・焼き豆腐・白滝・玉ねぎ・白菜・長ねぎ・干しいたけ・春菊・たもぎたけ・焼きいん・醤油・てんさい糖・清酒/ポークシュウマイ/しらす干し・清酒・醤油・糸かつお・青のり・白ごま	

## はやね はやお あさ 早寝・早起き・朝ごはん！

朝ごはんは、勉強をしたり、一日を元気に過ごしたりするための大切なエネルギー源になります。また、朝ごはんを食べることで、からだのリズム、生活のリズムが整います。

バナナやパンなど、簡単に食べられるもので大丈夫です。必ず何か食べてから登校させてください。「早寝・早起き・朝ごはん」を合言葉に、御家庭でも御協力をお願いします。