



給食だより

札幌市立篠路中学校
札幌市立篠路西中学校
R7年10月2日 発行

だんだんと秋らしい涼しい季節となりました。秋といえば「みのりの秋」といわれているように、旬の食材が多い季節です。旬の食べ物は栄養価が高く、1番おいしく味わうことができます。

10月の給食では、秋が旬の食材を使ったさまざまな料理が登場します。ぜひ、ご家庭の食事でも旬の食材を取り入れて、秋を楽しんでみてはいかがでしょうか。

10月給食提供予定の北海道産食材をPick Up!

じゃがいも



10月も北区の篠路・屯田・新琴似で収穫されたホクホクのじゃがいもを提供します。給食では男爵やメークインといった煮崩れしにくい品種を使っています。

かぼちゃ



10月は当別・厚別産の「ブラックのジョー」や「栗五郎」といった品種のかぼちゃを提供予定です。どちらも濃厚な甘みの特徴のいいかぼちゃです。

たまねぎ



10月～12月にかけて、札幌産の玉ねぎを提供予定です。10月は「オホーツク222」という、寒さに強く辛みの少ない品種が提供されます。

りんご



10月は余市産の「早生ふじ」を提供します。余市の秋は昼夜の温暖差が大きいため、色付きがよく、糖分も多いりんごができるそうです。

「しのろとれたてっこ 秋の大収穫祭」開催!

北区は札幌10区の中でも農地面積が第1位! 様々な野菜が栽培されています。

北区の学校給食ではJAさっぽろの協力のもと、北区産野菜を給食で提供させていただいております。多くの野菜が旬を迎える10月に、JAさっぽろ主催で「しのろとれたてっこ 秋の大収穫祭」が開催されます。おいしくて新鮮な北区産野菜がお手頃価格で販売されます。ぜひ、ご参加ください。

【日時】10月11日(土) 10:00～15:00

【場所】JAさっぽろ 篠路支店

(札幌市北区篠路3条10丁目1-1)

【販売野菜】

(箱もの・ネット)

F1玉ねぎ・札幌黄・男爵・きたあかり・とうや

(生鮮野菜)

ブロッコリー・キャベツ・白菜・レタス類・

カリフラワー・スイートコーン・ピーツ

(詰め放題)

F1玉ねぎ・札幌黄・男爵・きたあかり・とうや

同日15:00～17:00には、

「ふぁーむ村田」(札幌市北区新琴似6条4丁目)にて、野菜の直売を行います。

北区の給食で野菜を提供して下さっている農家さんで、化学合成農薬を使用せずに、安全でおいしい野菜づくりを行っています。

ふぁーむ村田のHPもぜひご覧ください!

ふぁーむ村田の
HPはこちらから→



篠路中学校10月予定献立

月	火	水	木	金
・牛乳は毎日200ml付きます。 ・★は卵、●は乳製品、○はえびを使用しています。 ・青果物は出荷状況により、変更する場合がありますので、ご了承ください。 ・給食で使用するししゃもは「子持ちカラフトししゃも」になります。 ・しらす干しやあさり、ししゃも等の海産物全般に小さなかに、えび等が混入している場合があります。 ・調味料の一部（しょうゆ、塩、こしょう、酒、みりん、砂糖、酢など）は紙面の都合上、省略しています。				
6 揚げパン（きなこ味） 麦入り野菜スープ バンバンジーサラダ	7 ご飯 さつまい さんまの煮付け ごま和え	8 味噌ラーメン ★●アメリカンドッグ 果物	9 とりめし きのこ汁（醤油味） サバの香味焼き	10 ご飯 スンドゥブチゲ ししゃものから揚げ ナムル
ソフトフランス、きな粉/ベーコン、にんじん、キャベツ、セロリ、パセリ、おおむぎ、鶏がらスープ/ささみ、緑豆はるさめ、もやし、きゅうり、長ねぎ、しょうが、赤みそ、トウバンジャン、白ごま	豚肉、さつまいも、木綿豆腐、板こんにゃく、にんじん、だいこん、ごぼう、長ねぎ、しょうが、赤みそ、白みそ、唐辛子/さんま、しょうが/ほうれんそう、はくさい、白ごま	豚肉、たまねぎ、にんじん、しょうが、にんにく、白ごま、赤みそ、白みそ、トウバンジャン、もやし、たまねぎ、メンマ/ボークウィンナー、小麦粉、ベーキングパウダー、全卵、牛乳/梨	胚芽精米、大麦、鶏ガラスープ、鶏肉、しょうが、たまねぎ/豚肉、木綿豆腐、ぶなしめじ、えのきだけ、なめこ、にんじん、だいこん、ごぼう、長ねぎ/さば、しょうが、にんにく、白ごま	木綿豆腐、豚肉、しょうが、にんにく、トウバンジャン、赤みそ、あさり、にんじん、たまねぎ、えのきだけ、にら/カラフトししゃも、小麦粉、かたくり粉/ハム、ほうれんそう、もやし、にんじん、しょうが、にんにく、長ねぎ、豆板豆腐、ごま油
13 スポーツの日 	14 スープカレー あさりサラダ	15 ゆであげミートソース 青のりポテト ブルーベリーゼリー	16 ●小松菜ピラフ ★高野豆腐のフライ パイン缶詰	17 豚すき丼 味噌汁 ★白身魚フライ
鶏肉、にんにく、じゃがいも、西洋かぼちゃ、さやいんげん、ぶなしめじ、たまねぎ、セロリ、りんご、しょうが、にんにく、カレー粉、トマト缶詰、チリパウダー、オールスパイス/あさり、しょうが、きゅうり、キャベツ、にんじん、白ごま	スバゲティ、パセリ、豚肉、たまねぎ、にんじん、大豆水煮、マッシュルーム、セロリ、しょうが、にんにく、小麦粉、トマトピューレ、オールスパイス、ナツメグ、鶏がらスープ/フレンチポテト、青のり	胚芽精米、おおむぎ、バター、ベーコン、にんじん、たまねぎ、にんにく、ホールコーン、こまつな/凍り豆腐、カレー粉、小麦粉、白すりごま、全卵、パン粉	豚肉、しらたき、たまねぎ、たけのこ水煮、たまねぎ、ほうれんそう/じゃがいも、塩わかめ、長ねぎ、白みそ、赤みそ/真だら、小麦粉、全卵、パン粉	
20 ★●レーズンパン ●ベーコンシチュー 北区産ブロッコリーとコーンのサラダ 黄桃缶	21 札教研 (午前授業・給食なし) 	22 肉うどん ●さつまいもグラッセ 果物	23 栗ごはん ★さわらのオートミールフライ からし和え	24 ご飯 ○豆腐の中華煮 ほっけの味噌焼き たたききゅうり
ベーコン、じゃがいも、たまねぎ、パセリ、にんじん、パセリ、小麦粉、バター、牛乳、豆乳、チーズ、スキムミルク、鶏がらスープ/ハム、ブロッコリー、ホールコーン、白ごま		豚肉、油揚げ、つと、にんじん、こまつな、長ねぎ、干しいたけ、たまねぎ、唐辛子/さつまいも、バター、牛乳/柿	胚芽精米、おおむぎ、日本栗、油揚げ、にんじん、ぶなしめじ、干しいたけ/さわら、小麦粉、全卵、オートミール、パン粉/焼き竹輪、こまつな、キャベツ、からし	木綿豆腐、豚肉、むきえび、にんじん、たまねぎ、たけのこ、たまねぎ、干しいたけ、黒きくらげ、しょうが、にんにく、かたくり粉、ごま油、かたくり粉/ほっけ、しょうが、赤みそ、白みそ、白ごま/きゅうり、白ごま
27 ★●横割/パンズ/●スライスチーズ ●オニオンポタージュ ●カレーコロッケ 手作りグレープゼリー	28 ★○かき揚げ丼 味噌汁 果物	29 きつねうどん ●スイートパンプキン 果物（余市産りんご）	30 鶏ごぼうごはん サケフライ 磯和え	31 ご飯 厚揚げカレーソース Feちゃんぎょうざ おひたし
ベーコン、じゃがいも、たまねぎ、パセリ、小麦粉、バター、牛乳、豆乳、スキムミルク、チーズ、鶏がらスープ/【加工品】コロッケ（じゃがいも、豚肉、玉ねぎ、生乳、小麦粉、パン粉）/ぶどうジュース、粉寒天、赤ワイン	むきえび、あさり、さくらえび、たまねぎ、にんじん、ごぼう、しゅんぎく、ひじき、切り干し大根、小麦粉、全卵、かたくり粉/キャベツ、油揚げ、白みそ、赤みそ/みかん	油揚げ、鶏肉、つと、干しいたけ、長ねぎ、たまねぎ、ほうれんそう、一味唐辛子/かぼちゃ、バター、牛乳、生クリーム、スキムミルク	胚芽精米、おおむぎ、鶏肉、焼き豆腐、しょうが、ごぼう、にんじん、油揚げ、赤みそ、白ごま/【加工品】フライ（秋鮭、パン粉）/こまつな、もやし、もみのり	厚揚げ、豚肉、豚レバーチップス、シナモン、カレー粉、オールスパイス、ナツメグ、にんじん、たまねぎ、さやいんげん、しょうが、にんにく、鶏ガラスープ/【加工品】ぎょうざ（豚肉、キャベツ、たまねぎ、ねぎ、にら、にんにく、しょうが、にんじん、しいたけ）

第46回学校給食展のお知らせ

日時：令和7年10月11日（土）（11：00～18：00）
場所：札幌駅前通地下歩行空間（チ・カ・ホ）憩いの空間 北1条東（出入口7番と9番出入口の間）

内容：●写真・パネル展示 ●食器の移り変わり
●給食の実物展示 ●給食についてのVTR放映
●給食レシピの配布 ●札幌市農業振興協議会によるパネル展示
●札幌市学校給食会共催によるパネル展示・パンフレットなどの配布

