



# 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11月28日 発行

## 12月8日～12日は給食週間です！

日本の学校給食は、明治22年に山形県鶴岡町（現鶴岡市）の私立小学校で、貧困家庭の児童を対象に行われたのが始まりとされています。戦後に食糧難による子どもたちの栄養状態の悪化を背景に学校給食の本格的な導入を求める国民の声が高まると、アメリカから給食物資用の支援を受けて昭和21年12月24日、東京・神奈川・千葉の3都県で試験給食が開始されました。文部科学省は、翌年の1月24日を学校給食記念日と定め、昭和25年から1月24日～30日までの1週間を「学校給食週間」としました。

篠路中学校・篠路西中学校では一足早い12月を給食週間として、学校で人気の給食の提供や給食放送等により、子ども達の食への興味や関心を高めるような取組を実施する予定です。



明治22年 代表的な給食献立 おにぎり、塩鮭、菜の漬物  
出典：独立行政法人日本スポーツ振興センター

## 札幌市の給食の歴史

### 昭和26年



コッペパンと汁物を中心としたおかずによる週5回の給食が始まりました。当時は、食器を各自持参しなければいけませんでした。

### 昭和30年



脱脂粉乳が登場しました。給食の食器として、アルマイトのカップとリングスプーンの使用が始まりました。

### 昭和40年



脱脂粉乳に替わって、週2回の牛乳になりました。また、袋入りのめん給食も始まりました。

### 昭和47年



食器がポリプロピレンに替わり、先割れスプーンの使用が始まりました。また、鯨肉が頻繁に登場していました。

### 昭和52年



仕切りの入ったステンレスのランチ皿とカップの食器に替わりました。

### 平成11年



仕切りの入ったステンレスのランチ皿とカップの食器に替わりました。

出典：札幌市教育委員会HP「給食の歴史」

## リクエスト 給食アンケートの発表！

給食週間では給食に興味・関心を持ってもらうために、篠路中学校と篠路西中学校の生徒にアンケートを行い、人気の高かったメニューを提供します。1位を獲得した給食は下記の通りです。

【味付きご飯部門】👑 とりめし

【白飯部門】👑 カレーライス

【汁物部門】👑 豚汁

【めん部門】👑 みそラーメン

【サラダ部門】👑 小松菜とベーコンサラダ

【スープ部門】👑 ワンタンスープ

【魚のおかず部門】👑 たらザンギ

# 篠路中12月予定献立

| 月                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 火 | 水 | 木 | 金 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳は毎日200ml付きます。</li> <li>・○は卵、🥛は乳製品、🍆はえびを使用しています。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> </ul> |   |   |   |   |



## 寒い冬至の日には栄養たっぷりのかぼちゃを



12月22日は冬至です。冬至は、1年の中で一番日照時間が短い日です。昔から、冬至にはかぼちゃを食べ、無病息災を願う習慣があります。かぼちゃは「野菜の王様」と言われるほど、栄養素が豊富に含まれています。中でもβ-カロテン（体内でビタミンAに変換されます）が多く含まれるため、風邪予防に効果的な野菜です。

給食では17日に一足早く「かぼちゃのいとこ煮」が登場します。給食では、石狩産の「りょうおもい」というホクホクで甘味が強いかぼちゃを使います。お楽しみに。

|                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                   |                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>1</b><br>●🍷横割/パンズ/🥛Feスライスチーズ<br>🍷ポーククリームシチュー<br>●ほっけのオートミールフライ（おやつアソシ）<br><b>パイン缶詰</b><br>豚肉、じゃがいも、たまねぎ、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、鶏からスープ/ほっけ、小麦粉、全卵、オートミール、パン粉                                       | <b>2</b><br>●味噌かつ丼<br>けんちん汁（醤油味）<br>果物<br>豚ヒレ肉、小麦粉、全卵、パン粉、赤みそ、白ごま/鶏肉、木綿豆腐、つきこんにやく、にんじん、だいこん、ごぼう、長ねぎ/みかん                                              | <b>3</b><br>🍷パスタシーフードトマトソース<br>青のりポテト<br>🍷ヨーグルト<br>ベーコン、むきえび、だんざくいか、あさり、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、セロリ、にんにく、オリーブ油、パセリ、小麦粉、カレー粉、トマト缶詰、オレガノ、鶏からスープ/じゃがいも、青のり | <b>4</b><br>🍷豆腐入りカレーピラフ<br>白身魚フライ<br>黄桃缶<br>胚芽精米、大麦、バター、ベーコン、焼き豆腐、カレー粉、にんじん、たまねぎ、マッシュルーム、グリーンピース/【加工品】フライ（ホキ、パン粉）                          | <b>5</b><br>ご飯<br>●おでん（醤油味）<br>ひじき春巻<br>おかかふりかけ<br>ひじき入りさつま揚げ、豆腐入りかまぼこ、うずら卵、ひじき入りがんも、厚揚げ、板こんにやく、にんじん、だいこん、ふき水煮、昆布/【加工品】春巻（だれのこ、にんじん、豚肉、ひじき、小麦粉）/しらす干し、糸かつお、切りのり、白ごま |
| <b>8（給食週間）</b><br>●🍷角食/🥛チョコクリーム<br>ワンタンスープ（醤油味）<br>●🍷お好み揚げ<br>豆乳、チョコレート、ピュアココアワンタン皮、豚肉、にんじん、ほうれんそう、もやし、たまねぎ、メンマ、長ねぎ、しょうが、にんにく/あさり、むきえび、さくらえび、だんざくいか、ベーコン、キャベツ、切り干し大根、ホールコーン、ひじき、小麦粉、全卵、ベーキングパウダー、ケチャップ、糸かつお、青のり | <b>9（給食週間）</b><br>カレーライス<br>小松菜とベーコンサラダ<br>紅マドンナ<br>豚肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、セロリ、りんご、しょうが、にんにく、グリーンピース、小麦粉、カレー粉、シナモン、オールスパイス、鶏からスープ/ベーコン、こまつな、もやし、白ごま      | <b>10（給食週間）</b><br>味噌ラーメン<br>●🍷アメリカンドッグ<br>果物<br>豚肉、たまねぎ、にんじん、しょうが、にんにく、赤みそ、白みそ、トウバンジャン、ごま油、メンマ、ほうれんそう、長ねぎ、くきわかめ/ボークウインナー、小麦粉、ベーキングパウダー、全卵、牛乳/りんご | <b>11（給食週間）</b><br>とりめし<br>すまし汁<br>サバの香味焼き<br>胚芽精米、大麦、鶏ガラスープ、鶏肉、しょうが、たまねぎ/木綿豆腐、塩わかめ、干しいたけ、長ねぎ/さば、しょうが、にんにく、白ごま                             | <b>12（給食週間）</b><br>ご飯<br>豚汁<br>釧路産たらざんぎ<br>のりの佃煮<br>豚肉、木綿豆腐、じゃがいも、板こんにやく、にんじん、だいこん、たまねぎ、ごぼう、長ねぎ、しょうが、白みそ、赤みそ、唐辛子/【加工品】ザンギ（たら、にんにく、かたくり粉、ごま油）/もみのり、ひじき、水あめ           |
| <b>15</b><br>●🍷コッペパン<br>🍷ミートパスタグラタン<br>ストロポテトサラダ<br>パイン缶詰<br>マカロニ、豚肉、しょうが、にんにく、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、セロリ、小麦粉、バター、チーズ、トマト缶詰、鶏からスープ、粉チーズ、パン粉、パセリ/ハム、キャベツ、きゅうり、ホールコーン、じゃがいも、白ごま                                        | <b>16</b><br>ご飯<br>豆腐のトロトロ煮<br>🍷揚げえびシュウマイ<br>ごま和え<br>木綿豆腐、鶏肉、こまつな、長ねぎ、にんじん、しょうが、にんにく、かたくり粉、鶏からスープ/【加工品】シュウマイ（たまねぎ、いとよりだい、えび、豚脂、パン粉）/ほうれんそう、もやし、白すりごま | <b>17（冬至メニュー）</b><br>肉うどん<br>かぼちゃのいとこ煮<br>果物<br>豚肉、油揚げ、つと、にんじん、ほうれんそう、長ねぎ、干しいたけ、たまごだけ、唐辛子/西洋かぼちゃ、あずき、白玉もち/みかん                                     | <b>18</b><br>五目ごはん<br>●高野豆腐のフライ<br>磯和え<br>羽谷精米、大麦、鶏肉、油揚げ、しらたき、にんじん、ごぼう、だれのこ、ひじき、干しいたけ、グリーンピース/凍り豆腐、カレー粉、小麦粉、白すりごま、全卵、パン粉、白ごま/こまつな、もやし、もみのり | <b>19</b><br>和風そぼろごはん<br>味噌汁<br>からし和え<br>鶏肉、焼き豆腐、切り干し大根、干しいたけ、白ごま、しょうが、ごぼう、にんじん、赤みそ、油揚げ、ひじき、赤みそ、唐辛子/だいこん、油揚げ、白みそ、赤みそ/ハム、ほうれんそう、はくさい、からし                             |
| <b>22</b><br>ソフトフランスパン<br>🍷コンクリームスープ<br>ローストチキン<br>黄桃缶<br>ホールコーン、クリームコーン、ベーコン、たまねぎ、にんじん、パセリ、小麦粉、バター、牛乳、豆乳、スキムミルク、チーズ、鶏ガラスープ/鶏肉                                                                                  | <b>23</b><br>豚ミックス丼<br>味噌汁<br>果物<br>豚肉、しょうが、かたくり粉、小麦粉、たまねぎ、たけのこ、にんじん、ピーマン、白ごま/はくさい、油揚げ、白みそ、赤みそ、みかん                                                   | <b>24</b><br>🍷バターコーンラーメン<br>🍷チーズポテト<br>洋なし缶<br>豚肉、しょうが、にんにく、メンマ、つと、もやし、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、長ねぎ、ホールコーン、塩わかめ、バター/じゃがいも、バター、チーズ、牛乳、スキムミルク               | <b>25</b><br>終業式<br>                                   | <b>26</b><br>冬休み<br>（～1/14）<br>                                                |