



いただきます

給食だより 2023. 11. 2(木)

札幌市立澄川西小学校・澄川小学校

峠では、雪の情報も聞こえてきています。体の中から温めて過ごしましょう。

スライドの校内放送を予定しています。

今年度も、もっと、もっと 芦別がたたんラーメン ☆北海道を食べよう☆



毎月、子どもたちも楽しみにしてくれている『北海道を食べよう!』。11月は、「がたたんラーメン」です。



「がたたんラーメン」のふるさとは、芦別市です。
札幌から車で約2時間かかる場所にあります。

芦別市は星空のきれいな町で有名で、「星のふる里あしべつ」と呼ばれています。また、昔、炭鉱のあった町としても有名です。炭鉱を掘る人のことを炭鉱マンと言います。炭鉱マンは力仕事でお腹が減るので、芦別市では栄養満点の温かい「がたたん」をたくさん食べていたそうです。

炭鉱が無くなると「がたたん」を出す店も減りましたが、観光に役立てようと再び増え、今では市内のあちこちで食べることができます。

各学校での食育の動きが!

【澄川西小学校6年生】

澄川西小学校では、社会科のせんきょに関する授業を受け、給食に関する模擬投票授業を行いました。

【投票テーマ】 給食のパンを決めよう!

【投票結果】 当選 『ロールパン』 【他の候補～『黒角食』『レーズンパン』】

この結果を受けて、11月6日(月)に、ロールパンを提供することになりました。

せんきょ公約等、さまざまなことを学んだ6年生。楽しみながら、学べてよかったですね。



【澄川小学校 給食委員会】

澄川小学校では、委員会の行事で、全校のみんなに興味をもって、楽しんでもらいたいという思いから、中央階段の委員会の掲示板に、予めその月のメニューについて調べ、掲示するという活動を始めました。

当日は、お昼の校内放送でもお知らせしました。その取組が好評なので、11月も継続することに決定!

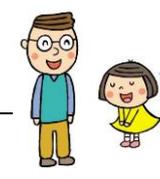
子どもたちの自主的な活動に期待してください!

このほかにも、両校、各学年で、食指導の時間を設けています。お子さんにも、ぜひ聞いてみてください。



11月のよていこんだて

《参考にしてください》
 ★…卵 ◆…乳製品 ◇…卵 *バラ科の果物
 ◎アレルギー対応可能献立
 ※牛乳は毎日つきます。
 ※果物は変更になる場合があります。

月 6日	火 7日	水 8日	木 9日	金 10日
<p>★◆ロールパン ◆ポトフ チキンナゲット かき</p>	<p>ごはん 豆腐のトロロ煮 ししゃものから揚げ 生姜あえ (澄川小実践発表会給食なし)</p>	<p>きつねうどん ◆チーズポテト みかん</p>	<p>ピピンパ ◆かぼちゃコロッケ ◆*◎フルーツタワー</p>	<p>ごはん 石狩鍋(いしかりなべ) ぶたにくのごまあげ おひたし(小松菜・白菜)</p>
<p>ロールパン 卵(3.5g)スキムミルク(2.1g)/チキンパウダー(牛乳1g程度) ベーコン キャベツ じゃがいも 人参 大根 さやいんげん/鶏肉 植物性たんぱく質 パン粉 でん粉 乾燥おから 砂糖 塩 香辛料 小麦粉 クラッカー粉 米粉 砂糖 粉末しょうゆ/かき</p>	<p>精白米/豆腐 鶏ひき肉 小松菜 長ねぎ 人参 生姜 ニンニク 油 醤油 砂糖 酒 塩 コショウ でん粉 ガラスープ 水/カラシシヤモ 酒 小麦粉 でん粉 油 醤油 砂糖 かりん風調味料 酢 水/ほうれん草 白菜 生姜 醤油 酒/</p>	<p>ワタめん 油揚げ つと しいたけ 長ねぎ たもぎたけ ほうれんそう/じゃがいも 砂糖 パター(2.5g)チーズ(8g)牛乳(10g)油/みかん/</p>	<p>胚芽米 大麦 豚肉 豆腐 ママ 長ねぎ しょうが にんにく 人参 ほうれん草 もやし ごま/かぼちゃ じゃがいも パン粉 玉ねぎ スキムミルク(1.2g) 小麦粉 油/みかん缶 もも缶 ハン缶 なし缶 なつみかん缶 ヨーグルト(25g)/</p>	<p>精白米/鮭 豆腐 キャベツ 人参 玉ねぎ つきこんにやく しめじ 長ねぎ/豚肉 しょうが にんにく 小麦粉 でん粉 ごま油/小松菜 白菜 かつおぶし/</p>
13日	14日	15日	16日	17日
<p>★◆ツイストパン ◆かぼちゃのポタージュ ごぼうチップサラダ *おうとうかん</p>	<p>ごはん けんちんじる ◆さけのチャンチャンやき かき</p>	<p>パスタボンゴレ 厚揚げサラダ 澄川小12:00～給食</p>	<p>ごぼうピラフ ★◎ほっけのオートミール パイン 澄川小12:00～給食</p>	<p>ごはん にくじゃが あげぎょうざ おかがふりかけ 澄川小12:00～給食</p>
<p>ツイストパン 卵(3.5g)スキムミルク(2.1g)/ベーコン かぼちゃ 玉ねぎ かりん粉 小麦粉 パター 油 牛乳(2.7g)チーズ(3g) スキムミルク(1g) 豆乳/りんご 小麦粉 きゅうり コーン コショウ 油 酢 きび砂糖 醤油 塩 コショウ ごま/黄桃缶/</p>	<p>精白米/鶏肉 豆腐 つきこんにやく 人参 大根 ごぼう 長ねぎ/鮭 塩 酒 小麦粉 片栗粉 減塩味噌 醤油 本味餅 砂糖 生姜 ピーマン 玉ねぎ フナシメジ キャベツ パター かけ/</p>	<p>ワタパスタ/アサリ水煮 白ワイン 大豆 水煮 玉ねぎ 人参 マッシュルーム セリ 生姜 ニンニク 油 ハセリ 小麦粉 油 かりん粉 ケチャップ トマトピューレ トマト 塩 ソース 醤油 味噌 塩 コショウ ガラスープ/厚揚げ 生姜 醤油 酒 でん粉 小麦粉 油 キャベツ キュウリ 人参 醤油 砂糖 酢 コマ油 白ごま</p>	<p>胚芽米 大麦 パター ベーコン ごぼう 玉ねぎ 人参 コーン かりん粉/ほっけ 小麦粉 卵(4g) オートミール パン粉 油/パイン/</p>	<p>精白米/豚肉 大豆 じゃがいも 玉ねぎ 白滝 人参 切干 大根 甘イゲン 干しいたけ 生姜 油 醤油 でん粉 糖 酒 味醂風調味料 水/キョウサザ油/</p>
20日	21日	22日	23日	24日
<p>★◆せわりコッペ チリコンカン ◆ゴッパ *フルーツミックス 澄川小12:00～給食</p>	<p>とりめし(美唄) みそしる(とうふ) ◎★かぼちゃのてんぷら 澄川小12:00～給食</p>	<p>みそラーメン ◆さつまいもグラッセ みかん 澄川小12:00～給食</p>	<p>勤労感謝の日 </p>	<p>ごはん 豚汁 野菜のかき揚げ 天丼のたれ 柿 (澄川西小 振替休業日)</p>
<p>せわりコッペパン 卵(3.5g)スキムミルク(2.1g)/豚肉 イングゲン豆 玉ねぎ じゃがいも にんじん かりん粉 油 砂糖 ケチャップ デミグラスソース/コン 牛乳 小麦粉 油 スキムミルク パン粉 砂糖 塩/みかん缶 もも缶 パイン缶 なし缶 りんご缶/</p>	<p>胚芽米 大麦 鶏肉 玉ねぎ しょうが/豆腐 わかめ 長ねぎ みそ/かぼちゃ 小麦粉 卵 白ごま 油/</p>	<p>ワタラーメン 豚肉 ママ しょうが にんにく つと もやし 玉ねぎ 長ねぎ ほうれん草 くきわかめ ごま/さつまいも パター(4g)砂糖 牛乳(10g)/みかん/</p>	<p>勤労感謝の日</p>	<p>精白米/豚肉 酒 じゃがいも こんにやく 人参 大根 玉ねぎ 長ねぎ ゴボウ 生姜 油 酒 味噌 宗田かつ かつ 昆布 水/玉ねぎ 人参 ゴボウ さつまいも 切干大根 ムキ枝豆 小麦粉 卵 塩 水 油/醤油 砂糖 酒 味醂風調味料 でん粉 ムロアジ 昆布 水/柿</p>
27日	28日	29日	30日	1日
<p>★◆黒角食(かくしやく) イタリアンスープ ◆やさしいコロッケ ◆◎アイスクリーム</p>	<p>ごはん みそしる(あつあげ) さんまのにつけ かき</p>	<p>★◇◎声別かきワタメ(えび入り) ごまポテト みかん</p>	<p>ひじきごはん みそしる(じゃがいも・玉ねぎ・わかめ) ★◎しみどうふの天ぷら 澄川小12:00～給食</p>	<p>根菜のスープカレー ◆◎ヨーグルトあえ</p>
<p>黒角食 卵(3.5g)スキムミルク(2.1g)/ベーコン じゃがいも 玉ねぎ 人参 コーン かりん粉 マカロニ/じゃがいも 豚肉 玉ねぎ コーン 人参 ケチャップ スキムミルク(0.8g) ごま 小麦粉 パン粉 油/乳製品(1.4g) 寒天など/</p>	<p>精白米/厚揚げ 小松菜 みそ/さんま しょうが 醤油 砂糖 酒 /かき/</p>	<p>ワタメ 豚肉 酒 生姜 ニンニク 玉ねぎ 玉ねぎ 白菜 人参 竹輪 かりん粉 長ねぎ 醤油 味醂風調味料 ゴマ油 じゃがいも ごま 砂糖 油/みかん/</p>	<p>胚芽精米 大麦 酒 塩 水 鶏肉 ビシキ 油揚げ 白滝 人参 ケチャップ 油 醤油 砂糖 味醂風調味料/じゃがいも 玉ねぎ 玉ねぎ 味噌 ムロアジ 昆布 水/凍り豆腐 醤油 きび砂糖 酒 味醂風調味料 塩 水 小麦粉 油/</p>	<p>精白米 豚肉 赤ワイン ニンニク 塩 コショウ 油 じゃがいも ゴボウ 人参 大根 玉ねぎ セリ リンゴ 生姜 ニンニク 油 トマト 塩 醤油 塩 コショウ かりん粉 チリパウダー 煮干し 昆布 水/みかん缶 パイン缶 黄桃缶 なし缶 夏ミカン缶 ヨーグルト/</p>