

# 給食だより 7月

令和8年(2026年)6月30日

太平小学校  
百合が原小学校

## 暑い時期は食中毒に要注意!

食中毒は、細菌やウイルスが付いた食べ物や、有害・有毒な成分を含む食べ物食べて、腹痛や下痢、吐き気、発熱などの症状が起こることです。1年のうちでも気温や湿度が高くなる6~9月ごろは、細菌による食中毒の発生が多くなる時期です。普段より一層、衛生面に注意が必要です。以下のポイントに気をつけるとともに、食べる前には必ず手を洗きましょう。

手のひらだけでなく、指の間やつめの間、手首まで洗うとよいです!

<b>調理のポイント</b>	手をきれいに洗う 	食材をよく洗う 	おかずは中心部までしっかり加熱する 75℃ 1分以上 	作り置きのおかずも再加熱する 
	<b>保存のポイント</b>	食べるまでに時間があく時は冷蔵庫や涼しいところに保管して、できるだけ早く食べる。 	お弁当など、持ち歩くときは、保冷剤・保冷バッグを利用する。 	

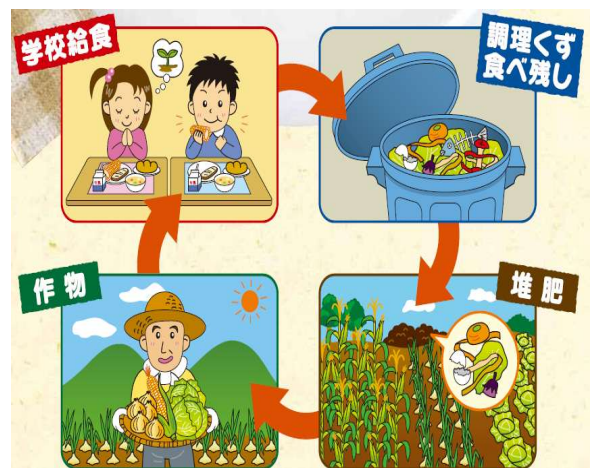
料理ができてから、2時間以内に食べるのが望ましいと言われています。

7月17日(金)に、フードリサイクルの取組で育てた、レタスが給食に登場します!

## フードリサイクルに取り組んでいます!

札幌市内の学校では、給食を作る時に出る野菜くずや、残ってしまった給食を、生ごみリサイクルセンターに運び、そこで「たい肥」に作り変えています。できたたい肥を農家さんに、肥料として野菜作りに活用してもらいます。そこで育ったレタスや玉ねぎなどの野菜を学校給食の食材として使っています。

この取組を「学校給食フードリサイクル」といいます。この取組は、単に学校給食の調理くずや残食のリサイクルだけではなく、**食や環境を考え、ものを大切に**する子どもを育てることを目指しています。





# 7月 予定献立



月	火	水	木	金
6 ごはん 豆腐のカレーソース 揚げぎょうざ いそあえ	7 コッペパン ベーコンシチュー もやしのごまサラダ 黄桃缶	8 ごはん さつまい 汁 シュウマイフリッター たたききゅうり	9 北区産ズッキーニ ミートとズッキーニ の Pasta にんじんとコーン のサラダ	10 ほうれん草ピラフ チキンナゲット フルーツミックス
白飯/豆腐 豚肉 玉ねぎ 人参 生姜 にんにく グリンピース りんご サラダ油 小麦粉 カレー粉 鶏がらスープ/豚肉 キャベツ 小麦粉 玉ねぎ 鶏肉 パン粉 なたね油/小松菜 もやし みのり	コッペパン/ベーコン じゃがいも 玉ねぎ 人参 パセリ 小麦粉 バター サラダ油 牛乳 豆乳 チーズ スキムミルク 鶏がらスープ/ほうれん草 もやし コーン 人参 味噌 豆板醤 ごま/黄桃缶詰	白飯/さつまいも 鶏肉 豆腐 こんにゃく 人参 大根 ごぼう 長ねぎ サラダ油 味噌/玉ねぎ 豚肉 牛肉 でん粉 小麦粉 卵 牛乳 なたね油/きゅうり ごま ごま油	ソフトパスタ 豚肉 玉ねぎ 人参 大豆水煮 マッシュルーム セロリ にんにく ズッキーニ なたね油 小麦粉 サラダ油 カレー粉 トマトピューレ 鶏がらスープ/ハム 人参 きゅうり コーン サラダ油	胚芽精米 大麦 バター ベーコン 人参 玉ねぎ にんにく コーン ほうれん草 サラダ油/鶏肉 パン粉 でん粉 乾燥おから 小麦粉 なたね油/缶詰 (みかん パイン 黄桃 洋梨)
13 スタミナ丼 味噌汁 すいか	14 背割りコッペパン セルフドック (ウインナー) キャロットポタージュ ミニトマト	15 味噌かつ丼 味噌汁 パイン缶	16 ひやむぎ 冷麦 フレンチポテト 洋なし缶	17 北区産レタス フードリサイクルレタス入り 焼豚チャーハン 白花豆コロッケ 冷凍みかん
白飯 豚肉 メンマ 人参 サラダ油 もやし 玉ねぎ りんご 生姜 にんにく 豆板醤 片栗粉 ごま油 ごま/大根 油揚げ 味噌/すいか	コッペパン/豚肉 鶏肉 水あめ ケチャップ ウスターソース/人参 ベーコン 玉ねぎ じゃがいも パセリ 小麦粉 バター サラダ油 チーズ スキムミルク 牛乳 豆乳 鶏がらスープ/ミニトマト	白飯 豚肉 小麦粉 卵 パン粉 なたね油 味噌 ごま/大根 人参 ごぼう 味噌/パイン缶	ソフト冷麦 油揚げ きゅうり 椎茸 つと 長ねぎ/じゃがいも なたね油/洋なし缶詰	胚芽精米 大麦 サラダ油 豚肉 長ねぎ 生姜 にんにく 人参 玉ねぎ コーン 椎茸 レタス ごま油/白花豆 じゃがいも バター パン粉 小麦粉 なたね油/冷凍みかん
20 	21 横割バンズ フィッシュバーガーたら ポテトスープ つぶつぶレモンゼリー	22 カレーライス 小松菜とパインのサラダ	23 ピリカラ冷やしラーメン きなこポテト 冷凍みかん	24 終業式 わかめごはん 味噌汁 メンチカツ
	横割バンズ/すけとうだら パン粉 バッターミックス なたね油 ケチャップ ウスターソース/じゃがいも 人参 玉ねぎ パセリ 鶏がらスープ 鳥がら/水あめ レモン果汁 ブドウ糖	白飯 豚肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ セロリ りんご 生姜 にんにく グリンピース サラダ油 小麦粉 カレー粉 カレールウ 鶏がらスープ/小松菜 ベーコン もやし サラダ油 ごま	ソフトラーメン ハム 人参 きゅうり コーン ごま油 ラー油 ごま 玉ねぎ 生姜 にんにく 豆板醤/フレンチポテト きなこ なたね油/冷凍みかん	胚芽精米 大麦 炊き込みわかめ ごま/高野豆腐 小松菜 味噌/豚肉 パン粉 玉ねぎ 小麦粉 なたね油

## 北区産野菜 を食べよう!

今年度も私たちの住む、札幌市北区でとれた、新鮮な野菜を給食で味わいます。今月は、7月9日(木)に使用する「ズッキーニ」、17日(金)に使用する「レタス」が北区産野菜です！  
2学期も北区産や札幌産の野菜が登場予定です。

- ★食物アレルギー等で詳しい食材一覧を希望する場合はお知らせください。
- ★果物・野菜は価格・品質により変更する場合がありますので御了承ください。
- ★牛乳は200mLのものが毎日付きます。
- ★海産物には小さなえび、かに、貝類が含まれる可能性があります。

### 7月の行事

- 太平小  
14~16日 5年生 宿泊学習
- 百合が原小  
7~9日 5年生 宿泊学習