



給食だより

令和7年4月8日

太平中学校

上篠路中学校



あたたかな春の日差しのなか、今日から新学期が始まります。

今年度も、子どもたちの健やかな成長を願い、安全でおいしい給食作りや食育に努めてまいります。ご家庭のご理解とご協力をお願いいたします。

食を通して豊かな人間性を育みます

中学生の時期は、食の体験を深め、自分らしい食生活を実現するため知識を広げることが大切です。

学校では給食時間や各教科等と関連付けながら食育を進めます。

☆心と体の健康を維持できる

生涯を通じた心身の健康を支えるため、食の自己管理ができるようになりましょう

☆食事の重要性や楽しさを理解する

豊かな人間性を育み生きる力を身に付けていくために「食」を大切にしましょう

☆食べ物の選択や食事作りができる

食農体験や調理を通して、食べ物に対する意識や関心、知識を深めましょう

☆一緒に食べたい人がいる

共食(誰かと食事をする事)は、健康な食生活や規則正しい生活リズムにつながります

☆日本の食文化を理解し伝えることができる

地域の産物、食文化や食に関わる歴史などを理解し、尊重しましょう

☆食べ物やつくる人への感謝の心

食の循環や環境・安全を意識した食生活について考え、実践しましょう



食育は、子どもたちだけに必要なことではありません。ご家庭でも、それぞれのライフステージに応じた食育に取り組みましょう。

短い給食時間で準備・食事・後片付けを行います。衛生や安全を配慮した活動ができるように、清潔な身支度(エプロン、三角巾、マスク)、ハンカチ、ランチマット等の準備をお願いします。



成長著しい中学生。また、ブレザーの上からエプロンをつけることもあります。今、使っているものが体に合っているか確認しましょう。

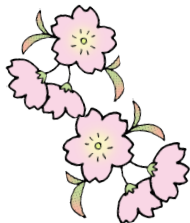


4

予定献立



	4/8	4/9	4/10	4/11
	始業式	入学式	焼豚チャーハン 星のコロッケ(Fe・Ca) もやしのごまサラダ(小松菜)	カレーライス コールスローサラダ
			胚芽精米、大麦、豚肉、生姜、にんにく、長葱、人参、玉葱、コーン、醤油、ごま油/コロッケ(小麦、鶏肉、豚肉)/小松菜、もやし、人参、醤油、味噌、豆板醤、ごま	精白米、豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、セロリ、りんご、小麦粉、カレールウ、ウスターソース、ケチャップ、醤油、鶏がらスープ/キャベツ、人参、コーン、酢、砂糖、塩
4/14	4/15	4/16	4/17	4/18
横割パンズ イタリアンスープ 焼きハンバーグ/ケチャップソース Feスライスチーズ 大根サラダ	ごはん マーボー豆腐 ひじき春巻Fe ナムル(小松菜)	肉うどん シナモンポテト 清見オレンジ	チキンウインナーライス 南瓜コロッケ フルーツミックス	厚揚げ入り肉炒め丼(小松菜) 味噌汁 甘夏かん
パン/ベーコン、マカロニ、鶏がらスープ、醤油/ハンバーグ(卵、乳、小麦、牛肉、大豆、豚肉)、ケチャップ、ウスターソース/チーズ/大根、まぐろ水煮、胡瓜、醤油、ごま、ごま油	精白米/豆腐、豚肉、長葱、干椎茸、味噌、醤油、オイスターソース、豆板醤、ごま油/春巻(小麦、大豆、豚肉、ごま)/ハム、小松菜、もやし、醤油、豆板醤、ごま、ごま油	ソフトめん、豚肉、油揚げ、つと、人参、ほうれん草、長葱、干椎茸、たもぎ茸、醤油、砂糖、本みりん/さつま芋、グラニュー糖、シナモン/清見オレンジ	胚芽精米、大麦、バター、トマトジュース、チキンウインナー(鶏肉、豚肉)、玉葱、ケチャップ/コロッケ(乳、小麦、大豆)/果物缶詰(みかん、パイナップル、黄桃、洋梨、夏みかん)	精白米、豚肉、メンマ、もやし、小松菜、厚揚げ、片栗粉、玉葱、りんご、ウスターソース、豆板醤、ごま、ごま油/キャベツ、油揚げ、味噌/甘夏かん
4/21	4/22	4/23	4/24	4/25
黒コッパパン チキングラタン サイコロサラダ 清見オレンジ	ごはん 味噌けんちん汁 ししゃものから揚げ 磯和え	パスタミートソース 青のりポテト	コーンピラフ レバー入りメンチカツ 黄桃缶	身体計測 給食はありません
黒コッパパン/鶏肉、玉葱、マカロニ、小麦粉、バター、乳製品、豆乳、鶏がらスープ、パン粉、パセリ、粉チーズ/ハム、人参、胡瓜、コーン、醤油、ごま油/清見オレンジ	精白米/鶏肉、豆腐、つきこんにゃく、人参、大根、ごぼう、長葱、味噌/カラフトししゃも(子持ち)、小麦粉、片栗粉、醤油/小松菜、白菜、のり、醤油	ソフトパスタ、豚肉、大豆水煮、玉葱、人参、小麦粉、ケチャップ、デミグラスソース、ソース(ウスター、中濃)醤油、味噌、鶏がらスープ/フレッシュポテト、青のり	胚芽精米、大麦、バター、ベーコン、コーン、玉葱、人参、マッシュルーム/メンチカツ(小麦、牛肉、豚肉、大豆)/黄桃缶詰	
4/28	4/29	4/30	5/1	5/2
ツイストパン あさりのチャウダー 厚揚げサラダ ジュシーオレンジ	昭和の日	しょうゆラーメン チーズポテト焼き パイン缶詰	たきこみいなり 豚肉の竜田揚げ おひたし	和風そぼろごはん 味噌汁 あべかわだんご
パン/あさり、ベーコン、じゃが芋、小麦粉、バター、乳製品、豆乳、鶏がらスープ/厚揚げ、小麦粉、片栗粉、キャベツ、醤油、ごま、ごま油/ジュシーオレンジ		ソフトラーメン、豚肉、メンマ、つと、もやし、玉葱、人参、長葱、ほうれん草、茎わかめ、醤油/じゃが芋、バター、牛乳、チーズ、砂糖/パイン缶詰	胚芽精米、大麦、油揚げ、人参、干椎茸、ひじき、ごま、醤油、酢、砂糖、手巻きのみり/豚肉、醤油、小麦粉、片栗粉/ほうれん草、もやし、糸かつお、醤油	精白米、鶏肉、焼豆腐、油揚げ、ひじき、切干大根、干椎茸、ごぼう、人参、味噌、醤油、砂糖、ごま/じゃがいも、ころも、味噌/白玉もち、きなこ、砂糖、塩



☆牛乳(200cc)は、毎日付きます。
 ☆献立や使用する食材は、都合により変更する場合があります。
 ☆魚の内臓、あさり、わかめ、しらす、のりや昆布などの海産物には小さなエビやカニが混ざっている場合があります。
 ☆献立の下段には使用する主な食材を載せています。(／は献立の区切りです。記載していない食品もあります。)
 ☆献立は、札幌市から提示される全市統一献立をもとに、学校行事や食指導などで一部変更して実施します。

