



給食だより 4月



令和3年4月7日 札幌市立太平中学校

ご入学・ご進級おめでとうございます

今年も調理員7名と栄養教諭1名で給食提供を行っていきます。生徒の皆さんが明るく元気に過ごせるよう、安全で美味しい給食を作ることが出来るよう努めていきます。どうぞよろしくお願いいたします。

ごはん



米飯給食は、週に3回実施しています。お米は道産米で、味付けごはんには胚芽精米と大麦を使用しています。

パン



平成19年度より、道産小麦を100%使用しています。食品添加物を使用せずに作られています。

めん



麺には道産小麦をとり入れています。うどん・ラーメン・パスタなどは、一人分ずつ小袋に入れて、学校へ届けられます。



料理はできる限り素材からの手作りを心掛けています。

安全良質な食品の選択に努めています。

塩分の取り過ぎにならないよう、薄味を心掛けています。

札幌市の学校給食

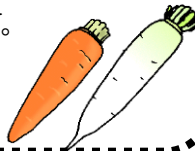
子ども達に郷土料理や特産物への関心をもってもらうための献立も取り入れています。北海道はジンギスカン、豚丼、石狩汁、鮭やさんまを使った料理などたくさんあります。

地産地消 地場産物の活用



グリーン青果物

農薬をできるだけ減らして栽培された北海道の玉ねぎ・じゃがいも・人参・大根・りんごや札幌産の小松菜等を取り入れています。



札幌市では学校給食を作る時にできる調理くずや食べ残しを堆肥化し、その堆肥で栽培したレタスや玉ねぎなどを給食の食材料として使用する。

「さっぽろ学校給食 フードサイクル」

に取り組んでいます。

ハンカチ

食事の前後に手を洗う習慣をつけましょう。

ランチマット

学習した机がそのまま食卓になります。清潔なランチマットを用意しましょう。

忘れずに！

◆今年度も、主食（ごはん、パン、麺）の使用曜日が原則として指定されます。

月・・・委託米飯 <RBM新川工場>

火・・・パン <小樽パン>

水・・・委託米飯 <RBM新川工場>

木・・・麺 <国岡製麺>

金・・・自校炊飯 ~ 上篠路中の給食室で調理します

◆牛乳（200mL）は毎日つきます。<雪印メグミルク>

お知らせ



牛乳は毎日200mLつきます。

月	火	水	木	金
<p>●このおたよりでは、給食で使用する予定の食品名を記載しております。</p> <p>●食材や果物は、気候や生育状況などにより変更になる場合があります。あさり、わかめなどの海産物全般について、小さなかにやえびなどが混入している場合があります。また、かれのいから揚げには卵が入っていることがありますので、食物アレルギーをお持ちの方はご注意願います。</p> <p>●調味料については記載していないものもあります。</p> <p>●食物アレルギーなどで給食の成分について詳しく知りたい方には、使用食材一覧表をお渡ししております。</p> <p>上條路中 栄養教諭 山崎 までお問い合わせ下さい。</p>				
				
				
	6 	7 	8 しょうゆラーメン 大学芋 りんご ◆ソフトラーメン、豚肉、メンマ、生姜、にんにく、醤油、つと、もやし、玉葱、人参、長葱、ほうれん草、茎わかめ、鳥がら、豚骨、昆布、煮干し◆さつま芋、水あめ、醤油、酢、ごま	9 たきこみいなり さんまスパイス揚げ おひたし ◆胚芽米、大麦、酢、昆布、油揚げ、人参、干し椎茸、ひじき、醤油、ごま、のり◆さんま、生姜、にんにく、醤油、片栗粉、小麦粉、カレー粉◆小松菜、もやし、糸かつお、醤油
12 スタミナ丼 味噌汁（小松菜・厚揚げ） 清見オレンジ	13 横割りバンズパン コンクリームシチュレ バー入りメンチカツ 大根サラダ	14 ごはん マーボー豆腐 かれのいから揚げ 磯和え	15 肉うどん 白花豆コロッケ 温州みかんゼリー	16 あさりごはん 豚肉の竜田揚げ ごま和え
◆ごはん、豚肉、メンマ、人参、もやし、にら、醤油、玉葱、りんご、ソース、生姜、にんにく、豆板醤、片栗粉、ごま油、ごま◆厚揚げ、小松菜、味噌、むろあじ、昆布	◆横割りバンズパン◆ホールコーン、クリームコーン、ベーコン、玉葱、人参、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◆バー入りメンチカツ、ケチャップ、ソース◆大根、まぐろ水煮、胡瓜、人参、ごま、醤油、ごま油、酢	◆ごはん◆豆腐、豚肉、生姜、にんにく、人参、長葱、干し椎茸、味噌、醤油、オイスターソース、ごま油、豆板醤、片栗粉◆かれのいから揚げ、ソース◆小松菜、白菜、のり、醤油	◆ソフトめん、豚肉、醤油、油揚げ、つと、人参、ほうれん草、長葱、干し椎茸、たもぎ茸、醤油、酢、むろあじ、昆布◆白花豆コロッケ	◆胚芽米、大麦、昆布、あさり水煮、生姜、醤油、油揚げ、人参、ごぼう、たけのこ水煮、干し椎茸、白滝、グリーンピース◆豚肉、醤油、生姜、片栗粉、小麦粉◆ほうれん草、もやし、ごま、醤油
19 厚揚げ入り肉炒め丼 味噌汁（じゃが芋・わかめ） 清見オレンジ	20 背割りコッパパン ポテトグラタン チリドック パイン缶	21 ごはん すき焼き いかフライ のりとあさりの佃煮	22 パスタミートソース ほうれん草とベーコンのサラダ ヨーグルト	23 チキンライス カレーコロッケ フルーツミックス
◆ごはん、豚肉、メンマ、人参、もやし、ほうれん草、厚揚げ、片栗粉、醤油、玉葱、りんご、ソース、生姜、にんにく、豆板醤、ごま油、ごま◆じゃが芋、塩わかめ、長葱、味噌、むろあじ、昆布	◆背割りコッパパン◆ベーコン、玉葱、じゃが芋、人参、小麦粉、バター、チーズ、スキムミルク、牛乳、豆乳、鶏がらスープ、パン粉、パセリ◆ポークファンク、ケチャップ、ソース、玉葱、トマトピューレ	◆ごはん◆豚肉、醤油、豆腐、白滝、玉葱、白菜、長葱、たもぎ茸、麩、春菊、干し椎茸◆いかフライ◆あさり水煮、生姜、醤油、のり、ひじき、水あめ	◆ソフトめん、豚肉、大豆水煮、玉葱、人参、マッシュルーム、セロリ、生姜、にんにく、パセリ、小麦粉、カレー粉、ケチャップ、トマトピューレ、トマト缶、デミグラスソース、ソース、醤油、味噌、鶏がらスープ◆ベーコン、ほうれん草、もやし、醤油、酢、ごま	◆胚芽米、大麦、バター、トマト缶、鶏肉、玉葱、人参、マッシュルーム、グリーンピース、ケチャップ◆ポテトカレーコロッケ◆みかん缶、パイン缶、黄桃缶、梨缶、夏みかん缶
26 ごはん 豆腐のオイスターソース煮 ひじき春巻き からし和え	27 角食 味噌ワントンスープ お好み揚げ チョコクリーム	28 カレーライス あさりのサラダ	29 昭和の日	30 身体測定
◆ごはん◆豆腐、豚肉、ピーマン、長葱、人参、たけのこ水煮、生姜、にんにく、醤油、オイスターソース、片栗粉、鶏がらスープ◆ひじき春巻き◆ハム、小松菜、もやし、醤油	◆角食◆ワントン、豚肉、生姜、にんにく、味噌、醤油、豆板醤、ごま油、メンマ、人参、玉葱、もやし、長葱、ほうれん草、鳥がら、豚骨、煮干し◆あさり水煮、えび、さくらえび、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、卵、ベーキングパウダー、ケチャップ、ソース、糸かつお、青のり◆豆乳、チョコレート、ココア、コンスターチ	◆ごはん、豚肉、じゃが芋、人参、玉葱、セロリ、りんご、生姜、にんにく、グリーンピース、小麦粉、カレー粉、ホールウ、ソース、ケチャップ、醤油、鶏がらスープ◆あさり水煮、生姜、醤油、胡瓜、キャベツ、人参、酢、ごま油、ごま	<p>1年生は中学校で初めての給食です。食器はお茶碗とカップが小学校で使っていたものより一回り大きくなっています。また、中学校はオープンがあるので、焼きもの（オープン）料理があります。楽しみにして下さい！</p>	