

7月

給食だより

家庭数配付

令和7年（2025年）6月30日

札幌市立屯田小学校



北区産野菜を食べよう！



「地産地消」とは、自分たちが住んでいる地域で生産されたものをその地域で消費するという意味があります。札幌市の学校給食では、米や小麦をはじめ、牛乳や野菜、肉や魚などさまざまな北海道産・札幌産の食材を使用しています。

北区北部の小・中学校では、より身近なところで作られている野菜を給食に使用することで、子どもたちに自分たちが暮らしている身近な地域で作られた作物のことや生産者の思いを知り、食の大切さを考え、食べる意欲をもってもらえるよう「北区産野菜を食べよう！」という取組を行っています。

今年度も「チンゲン菜、ズッキーニ、レタス、じゃがいも、ブロッコリー、白ゴボウ、玉ねぎ」について紹介します。

この取り組みは、子どもたちに北区産野菜を食べてもらいたいという生産者の方々と配送などを行っていただく JA の協力で実施しています。今月はチンゲン菜とズッキーニを使用します。



フードリサイクル



学校給食の調理くずや残食などの生ごみを堆肥化し、その堆肥を利用して育てられた作物を給食の食材にする取組です。堆肥は札幌市内の畑で利用するため地産地消にもつながります。札幌市では平成18年度から実施し、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標に取り組んでいます。

今年度は7月と9月の2回、フードリサイクルレタスを使用する予定です。

7月の献立表

- *牛乳は毎日200mLが1個つきます。
- *価格や市場への入荷状況により野菜や果物が変更になる場合もありますのでご了承ください。
- *下段は主に使用している食材を表示しています。
- *調味料類は省略しています。
- *海藻・小魚にはえび・かになどの稚魚などが混じることがあります。

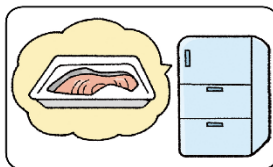
月	火	水	木	金
	1 チキンカレーライス 小松菜としめじのサラダ	2 黒コッペパン あさりのチャウダー ハムコーンサラダ プラム	3 カオ・ラートナー・ガイ チンゲン菜のスープ パイン缶 	4 冷やしきつねうどん ごまポテト 黄桃缶
	ご飯・鶏肉・ワイン・じゃがいも・人参・玉ねぎ・セロリ・りんご・生姜・にんにく・グリーンピース・油・小麦粉・カレー粉・ケチャップ・鶏がらスープ/ハム・小松菜・ホールコーン・ぶなしめじ・ごま・油・酢	黒コッペパン/あさり・ワイン・ベーコン・じゃがいも・玉ねぎ・人参・パセリ・小麦粉・バター・油・牛乳・豆乳・スキムミルク・チーズ・鶏がらスープ/ハム・ホールコーン・キャベツ・酢・ごま油/プラム	ご飯・鶏肉・酒・小麦粉・片栗粉・油・玉ねぎ・ピーマン(緑・赤)・小葱・ナンブラー・オイスターソース・コーンスターチ・鶏がらスープ/ベーコン・チンゲン菜・春雨・ホールコーン・酒・鶏がらスープ/パイン缶	ソフトめん・油揚げ・干しいたけ・酒・ほうれん草・長ねぎ・酢/フレンチポテト・油・すりごま/黄桃缶
7 ひじきごはん みそ汁 さわらのごまフライ	8 スタミナ丼 みそ汁 すいか	9 コッペパン ベーコンシチュー コールスローサラダ ミニトマト	10 ごはん 豆腐のカレーソース 揚げえびシュウマイ たたききゅうり 	11 4年生給食なし ピリカラ冷やしラーメン きなこポテト 黄桃缶
米・大麦・酒・鶏肉・ひじき・油揚げ・白滝・人参・グリーンピース・油・凍り豆腐・小松菜・さわら・酒・小麦粉・卵・パン粉・ごま・油	ご飯・豚肉・メンマ・人参・油・もやし・にら・玉ねぎ・りんご・ウスターソース・生姜・にんにく・豆板醤・片栗粉・ごま油・ごま/キャベツ・油揚げ/すいか	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・油・牛乳・豆乳・チーズ・スキムミルク・ワイン・鶏がらスープ/キャベツ・人参・ホールコーン・酢・油/ミニトマト	ご飯/豆腐・豚肉・玉ねぎ・人参・生姜・にんにく・グリーンピース・りんご・油・小麦粉・カレー粉・ケチャップ・中濃ソース・ワイン・鶏がらスープ/えびシュウマイ・油/きゅうり・ごま油・ごま	ソフトラーメン・ハム・人参・きゅうり・ホールコーン・ごま油・ラー油・ごま・酒・玉ねぎ・生姜・にんにく・豆板醤・ウスターソース・酢/フレンチポテト・油・きな粉/黄桃缶
14 レタス入り焼豚チャーハン 白花豆コロッケ パイン缶 	15 ごはん とり天(たれ) みそ汁 磯和え	16 せわりコッペパン キャロットポタージュ セルフドック(ウインナー) 冷凍みかん	17 ごはん 豚汁 いわしのカリカリフライ ごま和え	18 ミートとズッキーニのバスタ ごまポテト アイスクリーム 
米・大麦・酒・油・豚肉・長ねぎ・生姜・にんにく・人参・玉ねぎ・ホールコーン・干しいたけ・レタス・ごま油/白花豆コロッケ・油/パイン缶	ご飯・鶏肉・酒・生姜・にんにく・小麦粉・卵・片栗粉・ベーキングパウダー・油(酒・片栗粉)/じゃがいも・塩わかめ・長ねぎ/小松菜・もやし・もみのり	背割リコッペパン/ベーコン・玉ねぎ・人参・じゃがいも・パセリ・小麦粉・バター・油・チーズ・スキムミルク・牛乳・豆乳・ワイン・鶏がらスープ/チキンウインナー・ケチャップ・ウスターソース・ワイン/冷凍みかん	ご飯/豚肉・酒・豆腐・じゃがいも・こんにゃく・人参・大根・玉ねぎ・ごぼう・長ねぎ・生姜・油/いわしのカリカリフライ・油/ほうれん草・白菜・ごま	ソフトバスタ・豚肉・玉ねぎ・人参・大豆・マッシュルーム・セロリ・にんにく・油・ズッキーニ・小麦粉・カレー粉・ケチャップ・トマト缶・トマトピューレ・ソース(デミグラス、ウスター、中濃)・ワイン・鶏がらスープ/フレンチポテト・油・すりごま/アイスクリーム
21 	22 ほうれん草ピラフ メンチカツ フルーツミックス	23 よこわりパンズ ポテトスープ 白身魚フライ(ソース) 黄桃缶	24 ポークカレーライス もやしのごまサラダ	25 冷やししたぬきうどん (えび入り) バターポテト パイン缶 
	米・大麦・バター・ワイン・ベーコン・人参・玉ねぎ・にんにく・ホールコーン・油・ほうれん草/メンチカツ・油/果物缶詰(みかん、パイン、黄桃、梨)	横割パンズ/ベーコン・じゃがいも・人参・玉ねぎ・パセリ・ワイン・鶏がらスープ/たら・酒・小麦粉・卵・パン粉・油(中濃ソース)/黄桃缶	ご飯・豚肉・ワイン・じゃがいも・人参・玉ねぎ・セロリ・りんご・生姜・にんにく・グリーンピース・油・小麦粉・カレー粉・ケチャップ・鶏がらスープ/ほうれん草・もやし・ホールコーン・人参・酢・酒・豆板醤・ごま	ソフトめん・あさり・えび・人参・春菊・ごぼう・切干大根・ひじき・小麦粉・卵・油・つと・干しいたけ・酒・ほうれん草・長ねぎ・酢/じゃがいも・バター・牛乳・スキムミルク/パイン缶

つけない



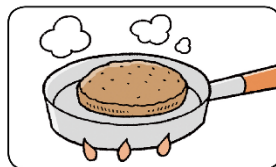
手には雑菌がついています。石けんでしっかり手洗いをしましょう。

増やさない



食品の購入後はできるだけ早く冷蔵庫に入れ、早めに食べきりましょう。

やっつける



加熱は効果的な殺菌方法です。特に、肉は中心までよく加熱しましょう。

食中毒に注意!

【食中毒予防の3原則】