



給食だより 10月

札幌市立旭小学校 札幌市立豊園小学校

令和7年(2025年)9月30日



地産地消を推進

地場産物を
食べよう!



地産地消とは、地域で生産した農林水産物を地域で消費する取組です。生産者と消費者の結びつきが強まり、「顔が見える関係」で生産の状況も確かめられて、新鮮な食品を消費でき、地域が活性化します。また、輸送距離が短いため、輸送のエネルギーの削減になり、環境問題に貢献できます。

給食でも日頃から積極的に地場産物を活用しています。

10月7日(火)

札幌産 **ほうれん草「ポーラスター」**が登場します!

豊平区のお隣、清田区では「ポーラスター」という品種のほうれん草が育てられています。北をイメージできる「北極星 the polar star」から名づけられ、昭和50年頃に誕生しました。



10月9日(木)

石狩産 **フードリサイクル ブロッコリー**が登場します!

「札幌市学校給食フードリサイクル」の仕組みで作られた堆肥を使った野菜が、今度はブロッコリーで登場します。



10月27日(月)

北海道産 **「イエス! クリーン」のにんじん**が登場します!

北海道では平成3年から全国に先がけて、冷涼な気候や広大な土地を生かしながら、体と自然に優しく地球環境に配慮した「クリーン農業」に取り組んでいます。農薬や化学肥料の使用を最小限に留めることで生態系と地球環境に配慮しています。

平成12年からは、クリーン農業によって生産された北海道独自の認証制度「YES!clean マーク(北のクリーン農産物表示制度)」もスタートし、その取り組み地域は全道に広がっています。



秋の年中行事

月見

月見は、旧暦の8月15日に美しい月を眺めながら、秋の収穫物を備えて感謝をする行事です。「十五夜」や「中秋の名月」ともいいます。月見の時には、月見だんごや里芋などを供えます。

今年の十五夜は10月6日です。

1日の給食では、白玉餅に黒すりごま・砂糖・塩をまぶしたごまだんごが登場します。



10月10日は

目の

愛護デー



栄養面から目を守るには、ビタミンAが大きな働きをします。ビタミンAは、魚介類やレバーなどに多く含まれます。また、体内でビタミンAに変わるβ-カロテンは、緑黄色野菜に多く含まれます。

10月16日は

世界食料デー

国連によって世界の食料問題を考える日として制定されました。一人一人が協力し合い、「すべての人に食料を」を実現し、世界に広がる飢餓などを解決していくことが目的です。この機会に食料問題について家族で話し合ってみてはいかがでしょうか。



第46回学校給食展のお知らせ

日時：令和7年10月11日(土)(11:00~18:00)

場所：札幌駅前通地下歩行空間(チ・カ・ホ)憩いの空間 北1条東

(出入口7番と9番出入口の間)

内容：●写真・パネル展示 ●食器の移り変わり

●給食の実物展示 ●給食についてのVTR放映

●給食レシピの配布

●札幌市学校給食会共催によるパネル展示・パンフレットなどの配布

●札幌市農業振興協会によるパネル展示





10月 よていにन्दて

★牛乳は毎日 200ml つきます。

月	火	水	木	金
		1 ★十五夜献立★ 肉うどん ごまだんご(塩) 枝豆 ソトめん、豚肉、油揚げ、人参、ほうれん草、長葱、椎茸、たまご ／白玉餅、マ／枝豆	2 コーンピラフ 北海道産ブリカツ 小松菜サラダ 胚芽米、大麦、バター、コン、玉葱、人参、コン、マッシュルーム／ぶり、小麦粉、パン粉／ル、春雨、ひじき、小松菜	3 ごはん 豆腐のトロトロ煮 揚げぎょうざ ナムル 白飯／豆腐、鶏肉、小松菜、長葱、人参、生姜、コン／豚肉、キャベツ、小麦粉、玉葱、鶏肉、パン粉／小松菜、もやし、人参、マ
	6 コッパパン ベーコンシチュー ぶりスパイス揚げ パイン缶詰 ジャハパン／バター、コン、じゃが芋、玉葱、人参、小麦粉、バター、チーズ、スパイス、ぶり、生姜、コン、小麦粉／パン粉	7 ★ポーラスター ほうれん草使用★ ごはん マーボー豆腐 ししゃものから揚げ おひたし (ほうれん草・もやし) 白飯／豆腐、豚肉、生姜、コン、人参、長葱、椎茸、味噌、マ油／かつ子持ち、マ、小麦粉／ほうれん草、もやし、糸かつお	8 豊園 4年生無し パスタミートソース コールスローサラダ ソトめん、豚肉、大豆、玉葱、人参、マッシュルーム、和り、コン、小麦粉、トマト、デミグラス(牛肉含む)／キャベツ、人参、コン	9 ★フットリサイクル ブロッコリー使用★ シーフードピラフ ブロッコリーと コーンのサラダ 十勝大豆コロッケ 胚芽米、大麦、バター、コン、ヒ、あさり、ゆ、玉葱、人参、マッシュルーム／ブロッコリー、コン、マ／じゃが芋、大豆、玉葱、パン粉、小麦粉
13 スポーツの日 	14 玉ねぎのかき揚げ丼 (えび入り) 味噌汁 (高野豆腐・わかめ) みかん 白飯、ヒ、あさり、桜花、玉葱、人参、牛蒡、春菊、ひじき、小麦粉、卵／高野豆腐、わかめ、味噌／みかん	15 味噌バターコーン ラーメン きなこポテト 黄桃缶詰 ソトめん、豚肉、玉葱、人参、生姜、コン、マ、味噌、もやし、マ、ほうれん草、長葱、バター、コン／じゃが芋、きなこ／黄桃缶	16 旭 4年生無し 深川めし 味噌汁 (もやし・油揚げ) 野菜春巻 胚芽米、大麦、あさり、生姜、人参、牛蒡、味噌、小松菜／もやし、油揚げ、味噌／キャベツ、ひじき、豚肉、春雨、玉葱、人参、小麦粉	17 豊園 給食無し ごはん カレー肉じゃが サバの香味揚げ 磯和え(小松菜・白菜) 白飯／豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、白滝、サバ、椎茸、たまご、生姜／さば、生姜、コン、小麦粉／小松菜、白菜、のり
20 揚げパン(シナモン) ポテトスープ あさりの スパゲティサラダ ソトフランスパン／バター、コン、じゃが芋、人参、玉葱／あさり、生姜、スパゲティ、胡瓜、人参、マ	21 キーマカレー 大根サラダ 白飯、豚肉、玉葱、人参、和り、生姜、コン、大豆、マ、小麦粉、トマト／大根、マ、水煮、胡瓜、人参、マ	22 五目うどん ごまポテト りんご ソトめん、鶏肉、油揚げ、つと、人参、ほうれん草、牛蒡、長葱、椎茸、たまご／じゃが芋、マ／りんご	23 チキンウインナー ライス ほっけの オートミールフライ みかん 胚芽米、大麦、バター、トマト、并、ウインナー、玉葱、人参、マッシュルーム、グリーンピース／ほっけ、小麦粉、卵、オートミール、パン粉／みかん	24 ごはん 豆腐の中華煮 (えび入り) 揚げポークシュウマイ ナムル 白飯／豆腐、豚肉、ヒ、人参、玉葱、筍、椎茸、さくらげ、生姜、コン、マ油／玉葱、豚肉、牛肉、小麦粉／小松菜、もやし、人参、マ
27 ★イエス！クリーン にんじん使用★ 横割バンズ キャロットポタージュ 揚げハンバーグ (照り焼きソース) スライスチーズ パイン缶詰 横割パン／バター、コン、玉葱、人参、じゃが芋、小麦粉、バター、チーズ、スパイス、牛乳、豆乳／牛肉、玉葱、豚肉、パン粉、卵、牛乳／チーズ／パン粉	28 ごはん きのこ汁(味噌味) さんまの煮付け ミニトマト 白飯／しめじ、ヒ、なめこ、人参、大根、牛蒡、長葱、油揚げ、味噌／さんま、生姜／ミニトマト	29 カレーラーメン シナモンポテト 柿 ソトめん、豚肉、生姜、コン、マ、もやし、白菜、人参、玉葱、ほうれん草、長葱、わかめ、小麦粉、ル、味噌、トマト、りんご／薩摩芋／柿	30 旭 5年生無し とりめし ちくわチーズ つめ揚げ ごま和え (小松菜・もやし) 胚芽米、大麦、鶏肉、生姜、玉葱／ちくわ、チーズ、小麦粉、卵／小松菜、もやし、マ	31 旭 5年生無し ごはん 三平汁 豚肉と野菜の炒め物 みかん 白飯／鮭、豆腐、じゃが芋、人参、大根、コン、サバ、長葱／豚肉、生姜、筍、人参、ヒ、マ、マ／みかん

★しらす、わかめ、ししゃものお腹の中や貝類など、海産物全般にはごくまれに小さなえび、かにが混入していることがあります。
 ★ししゃもは、基本的にメスの子持ちカラフトししゃもを使用します。オスの場合にも、ごくまれにメスが混入することがあります。
 また、カレイや、魚体を丸ごと食べる「いわしの加が万」には、まれに魚卵が残存する可能性があります。
 ★献立の下に、大まかな食材を表示しています。／が献立の区切りです。
 アレルギーなどで、詳しい献立表が必要な方は、お知らせください。
 ★天候等の影響で、くだものや一部の食材が変更になることがあります。ご了承ください。
 ★ご不明な点などございましたら、豊園小学校 栄養教諭(吉田)までお問い合わせください。