



給食だよい 1・2月

札幌市立旭小学校・札幌市立豊園小学校
令和7年(2025年)12月25日発行



冬休みが始まります

早いもので、今年も残すところあとわずかとなりました。子どもたちが楽しみにしている冬休みが、いよいよやってきます。

冬休みは、ついつい生活リズムを崩してしまいがちですが、栄養バランスの良い食事、適度な運動、十分な睡眠をとり、規則正しい生活を心掛けて元気に過ごしてください。



1月 よていにこんだて

★牛乳は毎日 200ml つきます。

月	火	水	木	金
★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。	15 始業式	16 ★正月献立★		
★ししゃものは、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「いわしのかかり」には、まれに魚卵が残存する可能性があります。	ビбинバ 揚げぎょうざ フルーツミックス (ソップ無し)	ごはん 白玉汁 さんまのかば焼き 酢の物 (わかめ・きゅうり)		
★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。	胚芽米、大麦、豚肉、豆腐、えり、長葱、生姜、こんぶ、人参、小松菜、もやし、ゴマ／豚肉、キャベツ、小麦粉、玉葱、鶏肉、小麦粉／みかん缶、パイン缶、黄桃缶、梨缶	白飯／白玉餅、鶏肉、凍り豆腐、人参、ほうれん草、大根、牛蒡、長葱、椎茸／さんま、小麦粉、生姜、ゴマ／きゅうり、かぶ、春雨		
19 コッペパン あさりのチャウダー たこ焼き風天ぷら はっさく コッペパン／アサリ、パター、じゃが芋、玉葱、人参、小麦粉、パター、牛乳、豆乳、スキミルク、チーズ／豆腐入りかまぼこ、小麦粉、卵、糸かけ、青のり／はっさく	20 ごはん さつま汁 おろしハンバーグ ブルーベリーゼリー ごはん さつま汁 おろしハンバーグ ブルーベリーゼリー	21 パスタ クリームソース スパイシーポテト パスタ クリームソース スパイシーポテト	22 豆腐入り カレーピラフ 釧路たらフライ ヨーグルト和え 豆腐入り カレーピラフ 釧路たらフライ ヨーグルト和え	23 豚丼 味噌汁 (ごぼう・人参・大根) いよかん 豚丼 味噌汁 (ごぼう・人参・大根) いよかん
26 横割パンズ コーンクリーム スープ イカバーグ (照り焼きソース) あさりのサラダ 横割パンズ／コーン、パター、玉葱、人参、小麦粉、パター、牛乳、豆乳、スキミルク、チーズ／パイン、たらすり身、玉葱、卵白／アサリ、生姜、胡瓜、キャベツ、人参、ゴマ	27 ごはん 豆腐の中華煮 (えび入り) ししゃものから揚げ おひたし (小松菜・もやし) ごはん 豆腐の中華煮 (えび入り) ししゃものから揚げ おひたし (小松菜・もやし)	28 きつねうどん チーズポテト パイン缶詰 きつねうどん チーズポテト パイン缶詰	29 ほうれん草ピラフ 十勝大豆コロッケ はっさく ほうれん草ピラフ 十勝大豆コロッケ はっさく	30 豚すき丼 味噌汁 (高野豆腐・わかめ) 黄桃缶詰 豚すき丼 味噌汁 (高野豆腐・わかめ) 黄桃缶詰
31 リゾット 玉葱、人参、小麦粉、パター、牛乳、豆乳、スキミルク、チーズ／パイン、たらすり身、玉葱、卵白／アサリ、生姜、胡瓜、キャベツ、人参、ゴマ リゾット 玉葱、人参、小麦粉、パター、牛乳、豆乳、スキミルク、チーズ／パイン、たらすり身、玉葱、卵白／アサリ、生姜、胡瓜、キャベツ、人参、ゴマ	32 白飯／豆腐、豚肉、玉葱、筍、人参、玉葱、筍、椎茸、木耳、生姜、こんぶ、ゴマ油／子持かぶトマト、小麦粉／小松菜、もやし、糸かけ 白飯／豆腐、豚肉、玉葱、筍、人参、玉葱、筍、椎茸、木耳、生姜、こんぶ、ゴマ油／子持かぶトマト、小麦粉／小松菜、もやし、糸かけ	33 リゾット 玉葱、人参、小麦粉、パター、牛乳、豆乳、スキミルク、チーズ／パイン、たらすり身、玉葱、卵白／アサリ、生姜、胡瓜、キャベツ、人参、ゴマ リゾット 玉葱、人参、小麦粉、パター、牛乳、豆乳、スキミルク、チーズ／パイン、たらすり身、玉葱、卵白／アサリ、生姜、胡瓜、キャベツ、人参、ゴマ	34 白飯／大麦、パター、玉葱、筍、人参、玉葱、筍、椎茸、木耳、生姜、こんぶ、ゴマ油／子持かぶトマト、小麦粉／小松菜、もやし、糸かけ 白飯／大麦、パター、玉葱、筍、人参、玉葱、筍、椎茸、木耳、生姜、こんぶ、ゴマ油／子持かぶトマト、小麦粉／小松菜、もやし、糸かけ	35 白飯／豚肉、白滷、玉葱、筍、人参、玉葱、筍、椎茸、木耳、生姜、こんぶ、ゴマ油／子持かぶトマト、小麦粉／小松菜、もやし、糸かけ 白飯／豚肉、白滷、玉葱、筍、人参、玉葱、筍、椎茸、木耳、生姜、こんぶ、ゴマ油／子持かぶトマト、小麦粉／小松菜、もやし、糸かけ



2月 よていにこんだて

★牛乳は毎日 200ml つきます。

月	火	水	木	金
2 角食 チキングラタン 小松菜とコーンの サラダ いちごジャム	3 ★節分献立★ ごはん 豚汁 いわしのかばやき (開き) ひじきと大豆の煮物	4 カントンめん (えび入り) きなこポテト デコポン	5 コーンピラフ 白身魚フライ パイン缶詰	6 旭3~6年生無し キーマカレー 厚揚げサラダ
角食／鶏肉,玉葱,人参,小麦粉,バター,牛乳,豆乳,スキミチ,チーズ,パン粉／小松菜,コーン,ゴマ／いちご	白飯／豚肉,豆腐,じゃが芋,コニク,人参,大根,玉葱,牛蒡,長葱,生姜,味噌／いわし,小麦粉,ゴマ／ひじき,人参,大豆水煮,さつま揚げ	ソフトラーメン,豚肉,生姜,コニク,エビ,玉葱,白菜,人参,筍,きくらげ,長葱,チゲ,ソイ,コマ油／じゃが芋,きなこ／デコポン	胚芽米,大麦,バター,コーン,玉葱,人参,コーン,マッシュルーム／たら,小麦粉,卵,パン粉／ハイ缶	白飯,豚肉,玉葱,人参,セリ,生姜,コニク,大豆水煮,レーズン,小麦粉,トマト／厚揚げ,生姜,小麦粉,キャベツ,胡瓜,人参,ゴマ
9 背割コッペ 塩ワンタンスープ お好み揚げ (えび入り) チョコクリーム	10 ごはん 味噌汁(大根・油揚げ) とり天(天つゆ) ごま和え (ほうれん草・白菜)	11 建国記念の日 	12 チキンライス カレーコロッケ もやしのごまサラダ	13 ごはん にらたまスープ レバー入りメンチカツ おひたし (小松菜・もやし)
コッペ,パン／ワサビ皮,豚肉,人参,ほうれん草,もやし,玉葱,長葱,生姜,コニク／アリ,エビ,バーコン,キャベツ,切干大根,コーン,ひじき,小麦粉,卵,糸かわ,青のり／豆乳,チョコレート,ココア	白飯／大根,油揚げ,味噌／鶏肉,生姜,コニク,小麦粉,卵／ほうれん草,白菜,ゴマ	ソフトラーメン,豚肉,玉葱,生乳,小麦粉,パン粉／小松菜,もやし,コーン,人参,味噌,ゴマ	胚芽米,大麦,バター,トマト,ユース,鶏肉,玉葱,人参,マッシュルーム,グリーンピース／じゃが芋,豚肉,玉葱,生姜,小麦粉,パン粉／小松菜,もやし,コーン,人参,味噌,ゴマ	白飯／卵,豆腐,コーン,牛肉,玉葱,豚肉,小麦粉／小松菜,もやし,糸かわ
16 農園 3・6年生無し 黒コッペパン 麦入り野菜スープ 南瓜コロッケ あさりのサラダ	17 ごはん マーボー豆腐 ししゃものから揚げ 磯和え(小松菜・白菜)	18 農園2年生・ すすかけ学級無し パスタ クリームソース 青のりポテト	19 たきこみいなり 北海道産ブリカツ しょうが和え (ほうれん草・白菜)	20 農園 4・5年生無し ごはん 味噌おでん 揚げポークシュウマイ のりの佃煮
黒コッペ,パン／バーコン,人参,玉葱,キャベツ,セリ,大麦／南瓜,パン粉,じゃが芋,玉葱,脱脂粉乳,小麦粉／アリ,生姜,胡瓜,キャベツ,人参,ゴマ	白飯／豆腐,豚肉,生姜,コニク,人参,長葱,椎茸,味噌,コマ油／子持がフトシヤモ,小麦粉／小松菜,白菜,のり	ソフトラーメン,バーコン,小松菜,玉葱,たもぎ,小麦粉,バター,チーズ,牛乳,スキミチ,豆乳,味噌／じゃが芋,青のり	胚芽米,大麦,油揚げ,人参,椎茸,ひじき,コーン,のり／ぶり,小麦粉／ほうれん草,白菜,生姜	白飯／ちくわ,ひじき入りがんも,うずら卵,コニャク,人参,大根,ふき,昆布,味噌／玉葱,豚肉,牛肉,小麦粉／のり,ひじき
23 天皇誕生日 	24 肉炒め丼 味噌汁 (豆腐・なめこ) 黄桃缶詰	25 味噌うどん フレンチポテト 枝豆	26 焼豚チャーハン 野菜春巻 フルーツミックス (ヨコフあり)	27 ごはん 豆腐のオイスター入煮 いわしのかりかりフライ ナムル
白飯,豚肉,玉葱,人参,もやし,ほうれん草,玉葱,りんご,生姜,コニク,ゴマ／豆腐,なめこ,長葱,味噌／黄桃缶	ソフターメン,鶏肉,生姜,コニク,ゴマ,味噌,油揚げ,つと,椎茸,ほうれん草,長葱／じゃが芋／枝豆	ソフターメン,玉葱,生乳,生姜,コニク,人参,玉葱,コーン,椎茸,グリーンピース／コマ油／キャベツ,ひじき,豚肉,春雨,玉葱,人参,小麦粉／みかん缶,ハイ缶,りんご缶,黄桃缶,梨缶	胚芽米,大麦,豚肉,長葱,生姜,コニク,人参,玉葱,コーン,椎茸,グリーンピース／コマ油／キャベツ,ひじき,豚肉,春雨,玉葱,人参,小麦粉／みかん缶,ハイ缶,りんご缶,黄桃缶,梨缶	白飯／豆腐,豚肉,ビーフ,玉葱,長葱,人参,生姜,コニク／いわし／小松菜,もやし,人参,ゴマ

1月16日は、正月献立て

正月に雑煮を食べる習慣は、室町時代からありました。年越しの時にお供えした餅を、ほかの材料と一緒に煮て食べたのが始まりです。給食では白玉餅を使い、「白玉汁」として出します。



2月3日は、節分献立て

2月3日は節分です。「鬼は外」の掛け声と共に豆をまくのは、豆にある「靈力」をもって災いをはらう意味があります。また、この日には、ひいらぎの枝にいわしの頭を刺して門や軒下に立て、邪気をはらうという習慣もあります。

給食では、「ひじきと大豆の煮物」と「いわしのかば焼き」を出します。