



4月

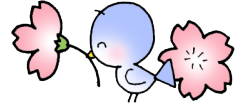
きゅうしょくだより

令和8年(2026年)4月8日

札幌市立山の手南小学校

札幌市立山の手小学校

ご入学・ご進級おめでとうございます



春の訪れとともに、新しい生活が始まりました。明日から新しい学年での給食がスタートします。

「給食だより」では、さまざまな食に関する情報を発信します。新1年生の給食は14日(火)からです。

給食は「食べる」だけでなく、食について学ぶ学習の時間です

食べ物を知る

栄養や旬について学ぶ

健康をつくる

バランスのよい食事を実践する

社会性を育む

準備や片付けを協力して取組、食事マナーを習得する

感謝を育む

食べ物の「命」や食事に関わる人々への感謝の気持ちをもつ

食文化・地域を知る、学ぶ

郷土料理や地元の食材を通して、地域の伝統や生産者の想いを学ぶ



札幌給食を 一緒に食べてます

主食は曜日によって異なります

米飯が週3回、めん、パンが週1回あります。米飯のうち白飯は、製造を業者に委託し、自校炊飯(混ぜご飯)は、不足しがちなビタミンB1を補うために、胚芽米を使用しています。

今年度の主食の曜日 ※行事などによって変更することもあります。

月	火	水	木	金
パン	米飯	めん	自校	米飯

手作り・減塩を心がけています

おかずは、和・洋・中と変化をもたせ、季節や行事を感じられるような献立の工夫をしています。カレーやシチューなどのルウ、ドレッシングなどは手作りです。また、減塩のためにだし本来の味を活かした調理をしています。



札幌市の献立

札幌市では、全市統一基準献立を実施しています。統一基準献立に基づいて各校の行事や食指導に合わせ、献立作成を行っています。

<統一基準献立や給食費に関するお問い合わせ>

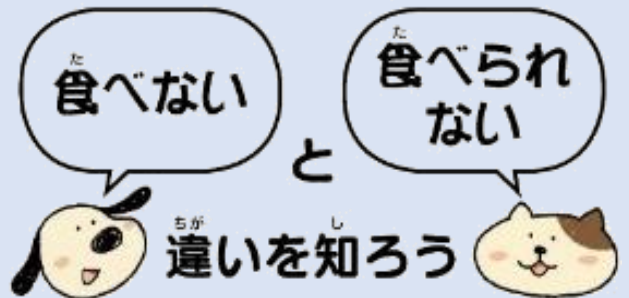
○統一基準献立について

札幌市教育委員会 学校給食課 栄養指導担当(211-3713)

○給食費に関すること

札幌市教育委員会 学校給食課 給食費事務係(211-3711)

食物アレルギーのおはなし



食物アレルギーは、好き嫌いとは違い、原因となる食べ物を食べたり、触ったりすると体にさまざまな症状が出てしまいます。かゆくなるなどの皮膚症状だけではなく、命にかかわる危険な状態になることもあります。食物アレルギーがない人もそのことを知り、無理に食べさせようしたり、残していることをせめたりは絶対にしないようにしましょう。**食べられないものがある場合は、おうちの人としっかり話をし、食べられるものを確認しましょう。**



4月のよていにんだて

※牛乳は毎日つきます。
 ※果物は予定です。市場や天候の影響で変更になる場合があります。
 ※海産物(あさり・ししゃも・しらす等小魚・わかめなど)には小さなえび・かに・貝殻が混入している場合があります。
 ※アレルギーで食べられない食材がある場合は、お子さんと必ず確認をお願いします。

月	火	水 8日	木 9日	金 10日
 <p>メニュー名の下にはその日の給食に使用している主な食材をのせています。主なアレルギー物質は、太字斜体で下線がついています。食物アレルギーにより食べられないものがある場合は、必ずお子さんとしっかり話をしてください。より詳しい使用食材表が必要な場合は、学級担任を通じて学校までご連絡ください。</p>		始業式・入学式 	ごもくごはん みそしる とちだいでずコロッケ 胚芽精米、大麦、鶏肉、油揚げ、しらたき、にんじん、ごぼう、たけのこ、ひじき、干しいたけ、サラダ油/じゃがいも、にら、みそ、むろあじ、昆布/(じゃがいも、大豆、玉ねぎ、 パン粉 、 小麦粉 、大豆油)なたね油/	ごはん マーボー豆腐 いわしのかばやき いそあえ 白飯/豆腐、豚肉、しょうが、にんにく、サラダ油、にんじん、長ねぎ、干しいたけ、みそ、 ごま油 、トウバンジャン、かたくり粉、まいわし、 小麦粉 、なたね油、しょうが、 白ごま 、かたくり粉/こまつな、もやし、もみのり/
13日 くらコッパパン チキンクリームに コールスローサラダ おうちかんづめ	14日 カレーライス こまつなと ベーコンのサラダ 1年生給食開始	15日 ゆであげミートソース フレンチポテト	16日 コーンピラフ チキンナゲット りんご	17日 とりミックスどん みそしる きよみオレンジ
小麦粉 、マーガリン、 脱脂粉乳 、 豚 /鶏肉、 マカロニ 、にんじん、玉ねぎ、マッシュルーム、パセリ、 小麦粉 、 バター 、サラダ油、 牛乳 、豆乳、 チーズ 、 スキムミルク 、鶏がらスープ/キャベツ、にんじん、ホールコーン、サラダ油、からし/黄桃缶詰	白飯、豚肉、じゃがいも、にんじん、玉ねぎ、セロリー、りんご、しょうが、にんにく、 小麦粉 、サラダ油、カレー粉、カレールウ、ウスターソース、中濃ソース、ケチャップ、鶏がらスープ/ベーコン、こまつな、もやし、サラダ油、 白ごま /	スパゲティ 、オリーブ油、パセリ、豚肉、玉ねぎ、にんじん、大豆水煮、マッシュルーム、セロリー、にんにく、 小麦粉 、サラダ油、カレールウ、ケチャップ、トマトピューレ、デミグラスソース、ウスターソース、中濃ソース、鶏がらスープ/フレンチポテト、なたね油/	胚芽精米、大麦、 バター 、ベーコン、玉ねぎ、にんじん、ホールコーン、マッシュルーム、パセリ、サラダ油/(鶏肉、粒状大豆たんぱく、 パン粉 、でん粉、乾燥おから、 小麦粉 、 クラッカー粉)なたね油/りんご	白飯、鶏肉、厚揚げ、 小麦粉 、かたくり粉、なたね油、にんじん、玉ねぎ、マッシュルーム、パセリ、サラマン、サラダ油、 白ごま 、 あさり 、ごぼう、こまつな、長ねぎ、みそ、むろあじ、昆布/清見オレンジ
20日 ツイストパン ポーククリームシチュー ほうれんそうと コーンのサラダ パインかんづめ	21日 ごはん しょうゆけんちんじる ひじきはるまき ごまあえ	22日 しょうゆラーメン きなこポテト きよみオレンジ	23日 とりめし みそしる しろはなまめコロッケ	24日 わふうそばろごはん みそしる Feちゃんギョウザ
小麦粉 、マーガリン、 脱脂粉乳 、 豚 /豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、にんじん、パセリ、 小麦粉 、 バター 、サラダ油、 牛乳 、豆乳、 チーズ 、 スキムミルク 、鶏がらスープ/ほうれんそう、ホールコーン、 白ごま 、サラダ油/パイン缶詰	白飯/鶏肉、豆腐、つきこんにゃく、にんじん、だいこん、ごぼう、長ねぎ、サラダ油、むろあじ、昆布、宗田/(たけのこ、にんじん、豚肉、ひじき、植物油脂、でん粉、オイスターソース、 小麦粉)なたね油/ほうれんそう、もやし、 白ごま /	ソフトラーメン(小麦粉)、豚肉、メンマ、しょうが、にんにく、サラダ油、かまぼこ、もやし、玉ねぎ、にんじん、長ねぎ、ほうれんそう、くきわかめ、鳥がら、豚骨、昆布/フレンチポテト、なたね油、きよみ粉/清見オレンジ	胚芽精米、大麦、鶏がらスープ、鶏肉、しょうが、玉ねぎ、サラダ油/油揚げ、こまつな、えのきたけ、みそ、むろあじ、昆布/(白花豆、じゃがいも、 バター 、砂糖、 パン粉 、 小麦粉 、でん粉、粉末状大豆たんぱく)なたね油/	白飯、鶏肉、焼き豆腐、切り干し大根、干しいたけ、 白ごま 、しょうが、ごぼう、にんじん、ひじき、みそ、サラダ油/厚揚げ、こまつな、みそ、むろあじ、昆布/(豚肉、キャベツ、玉ねぎ、葉ねぎ、にんにく、しょうが、にんじん、しいたけ、粒状大豆たんぱく、 ごま油 、 小麦粉)なたね油/
27日 よこわりパンズ むぎいりやさいスープ レバーいりハンバーグ フルーツミックス	28日 ごはん がたじる とりにくのてりやき おひたし	29日 昭和の日 	30日 たきこみいなり プリカツ からしあえ	1日 あつあげいり にくいためどん すましじる ジューシーオレンジ
小麦粉 、マーガリン、 脱脂粉乳 、 豚 /ベーコン、にんじん、玉ねぎ、キャベツ、セロリー、パセリ、大麦、鶏がらスープ、鳥がら/(牛肉、玉ねぎ、豚肉、豚レバー、でん粉)なたね油、ケチャップ、ウスターソース、からし/みかん缶詰、パイン缶詰、りんご缶詰、黄桃缶詰、なし缶詰/	白飯/豚肉、豆腐、じゃがいも、板こんにゃく、にんじん、だいこん、玉ねぎ、ごぼう、長ねぎ、しょうが、サラダ油、みそ、むろあじ、宗田、昆布/鶏肉、しょうが、 小麦粉 、なたね油、かたくり粉、 白ごま /ほうれんそう、はくさい、糸かつお/		胚芽精米、大麦、油揚げ、にんじん、干しいたけ、ひじき、 白ごま 、あまのり(焼きのり)/(ぶり、 パン粉 、 小麦粉 、植物油脂、でん粉、 ライ麦粉)なたね油/ハム、こまつな、キャベツ、からし/	白飯、豚肉、メンマ、にんじん、サラダ油、もやし、こまつな、厚揚げ、なたね油、玉ねぎ、りんご、ウスターソース、しょうが、にんにく、トウバンジャン、かたくり粉、 ごま油 、 白ごま /豆腐、カットわかめ、干しいたけ、長ねぎ、宗田、むろあじ、昆布/ジューシーオレンジ

給食当番は身支度も大切な仕事です

- 給食に必要なもの
- ・ランチマット ・エプロン ・三角巾
 - ・マスク ・ハンカチ



9日給食初日から必要になります。忘れずに学校へ持ってきましょう。毎週末にはご家庭へ持って帰りますので、洗濯をお願いいたします。

