

令和7年度

☆ 予定献立表について ☆
アレルギー対応食(28日)の献立と食材には網かけをしています
・牛乳(お茶)は、毎日つきます。 ・都合により、献立が変更になる場合があります。
・太字は石狩産食材を示しています。
(パン、ラーメンの小麦粉は石狩産を使用しています)
・使用している海藻類はえび・かにの生息地で採取されたものです。
・そばは提供しておりませんが、使用している麺は一部そばを取り扱った工場で製造されています。
・小学校のエネルギー(kcal)は、3・4年生のものを表示しています。

| 献立名 | | 食 材 | | |
|------------|------------------|-------------------------------|---------------------|---|
| | | 熱やエネルギーのもと (黄) | からだ(肉・骨)をつくる (赤) | からだの調子を整える (緑) |
| 15日 (木) | スパイシーカレー | ごはん じゃがいも・植物油 | 豚肉・チーズ・粉乳 | 玉ねぎ・人参・にんにく 生姜・トマト・バジル |
| | ハンバーグ | 豚脂・片栗粉 | 豚肉・とり肉 | 玉ねぎ |
| | みかん | | | みかん |
| 16日 (金) | ごはん | ごはん | | |
| | ちゃんこスープ | | とり団子・油揚げ 豆腐 | 白菜・人参・えのき 長ねぎ |
| | ほっけの照り焼き | 砂糖 | ほっけ | |
| 19日 (月) | ガバオ風ライス | ごはん 植物油 | とり肉・豚肉・大豆 | 玉ねぎ・人参・ピーマン にんにく・赤パプリカ 筍・生姜・レモン果汁 |
| | クイツィオの スープ | クイツィオ | ハム・豆腐 | チンゲン菜・人参 長ねぎ |
| | あらびき 肉シューマイ | 片栗粉・パン粉・植物油 砂糖・ごま油・シューマイの皮 | 豚肉 | 玉ねぎ・長ねぎ・生姜 |
| 20日 (火) | ピリ辛みそラーメン | ラーメン 植物油 | ぶた肉 | 人参・もやし・長ねぎ 生姜・にんにく・筍 キャベツ |
| | フライドポテト | じゃがいも・植物油 | | |
| | 切干大根の ツナマヨサラダ | きび糖・ごま 卵抜きマヨネーズ | まぐろ・みそ | 切干大根・コーン 枝豆・人参 |
| 21日 (水) | ごはん | ごはん | | |
| | かぼちゃ団子 みそ汁 | | とり肉・油揚げ・みそ | かぼちゃもち・大根 長ねぎ・えのき |
| | 照り焼きチキン | 砂糖 | とり肉 | |
| 22日 (木) | 肉じゃが | きび糖・じゃがいも 植物油 | 豚肉 | 白滝・玉ねぎ・人参 |
| | ミルクコッペパン | ミルクコッペパン | | |
| | 白菜とエビの クリーム煮 | バター・米粉 | えび・牛乳・チーズ | 白菜・玉ねぎ・人参 しめじ・パセリ |
| 23日 (金) | ささみフライ ソース | 片栗粉・小麦粉 パン粉・植物油 | とり肉・大豆粉 | |
| | グリーンサラダ | イタリアンドレッシング | | キャベツ・きゅうり 枝豆 |
| | 【中】ミルクコーヒ | 砂糖・コーヒー | | |

| 献立名 | | 食 材 | | |
|------------|---------------------|--|---------------------|--------------------------------------|
| | | 熱やエネルギーのもと (黄) | からだ(肉・骨)をつくる (赤) | からだの調子を整える (緑) |
| 23日 (金) | ごはん | ごはん | | |
| | じゃがいもの みそ汁 | じゃがいも | 豆腐・油揚げ・みそ | 人参・長ねぎ |
| | さばの和風カレー煮 | 砂糖・コーンスターチ | さば | |
| 26日 (月) | 牛肉と白滝の しぐれ煮 | きび糖・植物油 | 牛肉 | 白滝・玉ねぎ・ごぼう 生姜 |
| | ごはん | ごはん | | |
| | 四川豆腐 | 片栗粉・植物油 | 豚肉・豆腐 | 人参・玉ねぎ・にんにく 筍・生姜・長ねぎ・干椎茸 |
| 27日 (火) | ショールンボー | 小麦粉・片栗粉・砂糖 豚脂・ごま油・春雨 植物油 | 豚肉 | キャベツ・玉ねぎ 筍・椎茸・生姜 |
| | もやしとわかめの ナムル | きび糖・ごま油・ごま | わかめ | もやし・人参 |
| | チキントマト スパゲティ | スパゲティ 小麦粉・植物油 | とり肉 | 玉ねぎ・人参・しめじ トマト・パセリ・生姜 セロリ・にんにく |
| 28日 (水) | チーズインコロツケ | じゃがいも・砂糖・米粉 小麦粉・パン粉・植物油 コーンスターチ・ぶどう糖 | チーズ・粉乳 | |
| | フルーツゼリーあえ | 砂糖・グラニュー糖 ぶどう糖 | | みかん果汁・桃缶 ぶどう果汁 |
| | イエスクリーン米 | イエスクリーン米 | | |
| 29日 (木) | たぬき汁 | | さつま揚げ・油揚げ | えのき・にんにく 長ねぎ・人参 |
| | 鮭の塩焼き | | 鮭 | |
| | 豚肉とごぼうの ごまみそ煮 | きび糖・植物油・ごま | みそ・豚肉 | ごぼう・人参・生姜 |
| 30日 (金) | フチシュークリーム | カスタード・小麦粉 マーガリン・ココア | 全卵・乳製品 | |
| | 【卵・乳代替】 豆乳プリンタルト | 砂糖・米粉・コーンスターチ 植物油 | 豆乳・大豆粉 | |
| | 黒糖丸パン | 黒糖丸パン | | |
| 31日 (土) | オニオンスープ | バター | ベーコン | 玉ねぎ・人参 にんにく |
| | 白身魚の 香草フライ | パン粉・小麦粉・植物油 バター・ミックス | ホキ | バジル |
| | マカロニミラネーズ | きび糖・マカロニ 植物油 | 豚肉・大豆 | 人参・玉ねぎ・ピーマン |
| 12月 (日) | ごはん | ごはん | | |
| | すき焼き煮 | きび糖・植物油 | 豚肉・豆腐・高野豆腐 | 白滝・人参・玉ねぎ 白菜・長ねぎ |
| | 厚焼きたまご | 砂糖・植物油 | 全卵 | |
| 1月 (月) | きゅうりとわかめの ごま酢あえ | きび糖・ごま油・ごま | わかめ・とり肉 | きゅうり・人参 |
| | のりふりかけ | 砂糖・ぶどう糖 コーンスターチ | かつお節・のり | |



ミニトマトや団子、
魚の骨は気をつけて食べましょう



冬休みのすごし方について



早寝



早起き



朝ごはん



手洗い



うがい



食べすぎ注意



「給食アンケート」を行いました



10月中旬に、市内16校の小学5年生と中学2年生(7年生)を対象に、学校給食についてのアンケートを行いました。アンケート結果は、今後の給食内容の参考にさせていただき、また、人気の高かったメニューについては、3月までの給食で提供していく予定です。

1月は、人気があった「ラーメン」、「肉じゃが」、「フライドポテト」を提供します。

給食費口座振替は令和8年2月2日(月)です。