

日付	曜日	料理名	使用食品名【太文字は富良野地域産の食材です】
8	火	さつまじる ビッグにくだんご はくさいのにびたし	ぶた肉 清酒 さつまいも だいこん にんじん 長ねぎ 乾燥しいたけ 無添加みそ だしパック（さば） いりこだし かつおだし 水 ビッグ肉団子（小麦・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ごま） はくさい にんじん ちくわ 清酒 みりん 丸大豆醤油 かつおだし
9	水	ポトフスープ しろみざかなフライ にんじんシリシリ	ウインナー（大豆・豚肉） じゃがいも たまねぎ キャベツ ホールコーン 乾燥パセリ 瀬戸のほん塩 水 コンソメ（鶏肉・豚肉） 野菜ブイヨン 鶏だし がらスープ（鶏肉） 白ワイン 黒こしょう 白こしょう 白身魚フライ角型（小麦・大豆） 米油 タルタルソース（卵・大豆） にんじん ツナ 卵 丸大豆醤油 瀬戸のほん塩 黒こしょう 白こしょう 米油
10	木	レタスのミルクスープ タンドリーチキン プリン	ベーコン（大豆・豚肉） 白ワイン レタス たまねぎ にんじん 枝豆 しめじ マカロニ（小麦） 牛乳 ベシamelルウ（乳・小麦・鶏肉・豚肉） 脱脂粉乳 コンソメ（鶏肉・豚肉） 白こしょう 米油 とり肉 ヨーグルト（乳） トマトケチャップ カレー粉 にんにく 丸大豆醤油 みりん 塩こしょう プリン（大豆）
11	金	しおラーメン えびぎょうざ まんてんだいず	パックラーメン（小麦） ぶた肉 清酒 キャベツ にんじん もやし 長ねぎ メンマ 黒こしょう 白こしょう 水 塩ラーメンたれ（小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま） がらスープ（鶏肉） 清湯スープ（鶏肉・豚肉） こんぶだし 米油 えび海鮮餃子（卵・乳・小麦・えび・大豆・鶏肉・豚肉・ごま） まんてん大豆
14	月	かぼちゃだんごのみそしる いわしのかんろに やさいのみそいため ふりかけ	かぼちゃ団子 だいこん こまつな ちくわ 無添加みそ だしパック（さば） いりこだし かつおだし 水 いわしの甘露煮（小麦・大豆） ぶた肉 清酒 厚揚げ キャベツ にんじん にら しょうが 無添加みそ 丸大豆醤油 てんさい糖 みりん すりごま ごま油 やさいふりかけ（卵・小麦・大豆・ごま）
15	火	わかたけじる とりのからあげ ふきのあぶらいため	とうふ わかめ たけのこ水煮 にんじん 長ねぎ 乾燥しいたけ 丸大豆醤油 瀬戸のほん塩 そばつゆ（小麦・さば・大豆） 清酒 だしパック（さば） かつおだし こんぶだし 水 とり肉 丸大豆醤油 清酒 しょうが にんにく でん粉 米粉 米油 ふき水煮 にんじん つきこんにゃく さつまあげ（小麦・大豆） 丸大豆醤油 てんさい糖 清酒 かつおだし ごま油 水
16	水	ワントンスープ チキンナゲット えだまめ チョコペースト	ワントン（小麦・大豆・鶏肉・豚肉） はくさい にんじん 長ねぎ しめじ 清酒 黒こしょう 白こしょう 水 中華スープの素（大豆・鶏肉・豚肉・ごま） がらスープ（鶏肉） 丸大豆醤油 瀬戸のほん塩 チキンナゲット（小麦・大豆・鶏肉） スプレーオイル（大豆） 枝豆 瀬戸のほん塩 チョコブラック&ホワイト（乳・大豆）
17	木	はるやさいのシチュー ミートオムレツ おいわいゼリー	ぶた肉 白ワイン キャベツ じゃがいも たまねぎ にんじん ほうれんそう ホールコーン 牛乳 白こしょう 米油 水 ベシamelルウ（乳・小麦・鶏肉・豚肉） ボタージュエースコーン（乳・小麦・鶏肉・豚肉） 脱脂粉乳 コンソメ（鶏肉・豚肉） ミートオムレツ（卵・小麦・大豆・豚肉） お祝いいちごゼリー（大豆）
18	金	チキンカレーライス ふくしんづけ ちゅうかフルーツあえ	精白米 とり肉 赤ワイン しょうが にんにく じゃがいも たまねぎ にんじん カレールウ（乳・小麦・大豆・鶏肉） 脱脂粉乳 中濃ソース トマトケチャップ 丸大豆醤油 米油 カレー粉 カレーペースト 混合こしょう 水 福神漬け（小麦・ごま） 杏仁豆腐（乳・大豆） マンゴーゼリー（乳） みかんシロップづけ パインシロップづけ てんさい糖 白ワイン 瀬戸のほん塩 水
21	月	すきやきどん ごぼうサラダ	ぶた肉 清酒 たまねぎ にんじん 乾燥しいたけ 長ねぎ 焼きどうふ つきこんにゃく 丸大豆醤油 てんさい糖 みりん かつおだし こんぶだし 米油 ごぼうサラダ（卵・小麦・大豆・ごま） きゅうり ホールコーン
22	火	かいそうのみそしる ショーロンボー マーボーどうふ	くきわかめ ぶのり だいこん にんじん こまつな 無添加みそ だしパック（さば） いりこだし かつおだし 水 ショーロンボー（小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま） とうふ ぶた肉 清酒 しょうが にんにく たまねぎ にんじん 長ねぎ 丸大豆醤油 無添加みそ てんさい糖 コンソメ（鶏肉・豚肉） オイスターソース トウバンジャン でん粉 米油 ごま油 水
23	水	イタリアンスープ ベストサンドフライ バターコーン	ぶた肉 白ワイン じゃがいも たまねぎ にんじん はくさい いんげんまめ パセリ 米油 水 コンソメ（鶏肉・豚肉） 野菜ブイヨン 鶏だし がらスープ（鶏肉） 丸大豆醤油 白こしょう 瀬戸のほん塩 ベストサンドフライ（乳・小麦・大豆・鶏肉・豚肉） 米油 ホールコーン バター（乳） 瀬戸のほん塩 白こしょう
24	木	やきうどん ハンバーグソースかけ ぶどうゼリー	うどん（小麦） ぶた肉 清酒 たまねぎ キャベツ ピーマン にんじん 乾燥しいたけ 粉末焼うどん（小麦・大豆） 中濃ソース 白こしょう 黒こしょう 米油 ハンバーグ（大豆・鶏肉・豚肉） トマトケチャップ 中濃ソース 赤ワイン てんさい糖 みりん でん粉 水 ぶどうゼリー
25	金	みそけんちんじる ほっけのしおこうじやき かつおおじゃが	とり肉 清酒 とうふ つきこんにゃく だいこん にんじん 長ねぎ ごぼう しめじ 無添加みそ だしパック（さば） いりこだし かつおだし ごま油 水 ほっけ塩麹焼き切り身 じゃがいも 瀬戸のほん塩 バター（乳） 丸大豆醤油 削り節
28	月	はくさいのみそしる あつやきたまご ちくぜんに	はくさい にんじん ほうれんそう さつまあげ（小麦・大豆） 無添加みそ だしパック（さば） いりこだし かつおだし 水 厚焼き卵醤油味（卵・乳・小麦・大豆） とり肉 清酒 にんじん ごぼう たけのこ水煮 板こんにゃく 丸大豆醤油 てんさい糖 みりん かつおだし こんぶだし 瀬戸のほん塩 米油 水
30	水	ミートボールのスープ とうもろこしグラタン カレーピーンズ	ミートボール（大豆・鶏肉・豚肉） キャベツ にんじん こまつな 乾パセリ 白こしょう 水 コンソメ（鶏肉・豚肉） 野菜ブイヨン 鶏だし がらスープ（鶏肉） 白ワイン 瀬戸のほん塩 とうもろこしのグラタン（大豆） 大豆 ぶた肉 赤ワイン たまねぎ 枝豆 カレールウ（乳・小麦・大豆・鶏肉） 中濃ソース トマトケチャップ 瀬戸のほん塩 黒こしょう 米油 水

給食たより

上富良野学校給食センター
2025年 4月号

ご入学・ご進級おめでとうございます。今年度も子どもたちの健やかな成長のために、安全なおいしい給食を提供します。よろしくお願いします。

がっこうきゅうしょく やくわり 学校給食の役割



学校給食は下記の7つを目標としています。給食時間を通して、食に関するさまざまなこと学んでいきます。

- 1 栄養バランスのとれた食事与健康な体をつくる
- 2 健康で望ましい食生活のお手本とする
- 3 みんなで協力し合い楽しく食べる
- 4 自然の恵みである食べ物に感謝する
- 5 食に関わるたくさんの方やその働きに感謝する
- 6 ふるさとやいろいろな地域の食文化を知り伝えていく
- 7 食べ物を通して社会のしくみを知る

こんだての内容

○主菜・副菜・汁物（おかず）
煮物・揚げ物・蒸し物・焼き物・和え物・汁物・めん類などを組み合わせて提供しています。肉・魚・野菜などいろいろな食材を使います。

○牛乳
200mlの牛乳が毎日つきます。
牛乳は成長期に必要なカルシウムやたんぱく質を効率的にとることができます。



○主食
月・火・金曜日は、北海道産ななつばしを使用したごはんです。
水・木曜日はパンです。

○デザート
季節のくだものやゼリー、ヨーグルトなど、栄養バランスを考えて、また楽しみのひとつとして添えています。

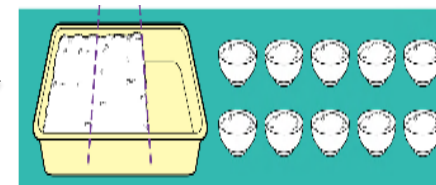
じゅんぴ あとかた 準備と後片づけをきちんとしよう

給食時間はみんなで協力して準備をしましょう。給食当番の人はもちろん、そのほかの人も机をきれいにするなど気持ちよく食事ができるように準備をしましょう。また、作ってくれた人への感謝の気持ちをこめて後片づけもしっかり行いましょう。

じゅんぴ 準備のポイント



こぼさないように気をつけながら、ていねいに盛りつけましょう。



汁物は底からよくかき混ぜて盛りつけましょう。

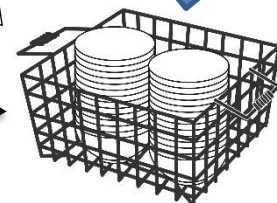
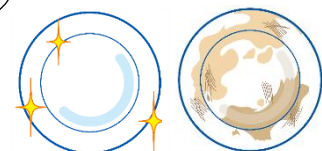
給食当番は帽子や三角きん、エプロンをして身支度を整えましょう。手洗いをきちんとしましょう。

おかずの量と人数を考えて盛り残しが多くなりすぎないように気をつけましょう。

あとかた 後片づけのポイント

食べ残したものは、給食のきまりを守って、食缶などに戻しましょう。

おたまやトングは必ず食器かごに戻しましょう。



食器は、食べ物の残りなどをきれいにしてから片づけよう。

配膳台は、汚れをふき取ってきれいにしましょう。

スプーンは向きをそろえて、止めよう