

9月のこんだて

○物資の都合により、こんだての内容を一部変更する場合があります。
○こんだて表には、その日の主な食材を記載していますが、アレルギー表としての対応はしていません。



月		火		水		木		金	
1日		2日		3日		4日		5日	
わかめごはん 牛乳 フィッシュボール吉野煮 厚焼き卵 りんご		ごはん 牛乳 肉豆腐 豆腐の中華和え		米粉バターパン 牛乳 ミネストローネ チーズポテト グレープフルーツ		ごはん 牛乳 鶏ちゃんこ汁 さばの照り焼き		小ごはん 牛乳 うどん カボチャコロケ オレンジ	
わかめ・すりみ・ごぼう・にんじん・じゃがいも・たけのこ・こんにゃく・たまご・りんご		とうふ・しらたき・ぶたにく・しめじ・いんげん・とうみょう・にんじん・もやし		びーまん・せろり・たまねぎ・にんじん・ウインナー・トマト・マカロニ・じゃがいも・チーズ・グレープフルーツ		とりむねにく・だいこん・にんじん・はくさい・ながねぎ・こんにゃく・あぶらあげ・だいず・じゃがいも・ごぼう・さば		とりむねにく・あぶらあげ・ちくわ・にんじん・ながねぎ・かぼちゃ・オレンジ	
8日		9日		10日		11日		12日	
ごはん 牛乳 豆乳カレー 福神漬 黄桃ミックス		(ごはん) オレンジジュース わかめスープ ピビンバ 焼きプリンタルト		米粉コッペパン 牛乳 ポトフ 枝豆とコーンのアツク(2個) アツクドレッシング あえ いちごジャム		ごはん 牛乳 沢煮碗 ほっけ塩焼き 野菜ふりかけ		小ごはん 牛乳 しょうゆラーメン かに焼売(2個) バナナ アーモンドフィッシュ	
とりむねにく・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・しょうが・とうにゅう・だいこん・パイン・みかん・もも		みかん・わかめ・ながねぎ・しいたけ・ぶたひきにく・だいず・メンマ・とうふ・ほうれんそう・もやし・にんじん		ウインナー・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・キャベツ・えだまめ・コーン・ブロッコリー		ぶたにく・ごぼう・にんじん・たけのこ・しいたけ・たまねぎ・じゃがいも・ほっけ		ぶたにく・メンマ・つと・ながねぎ・かに・バナナ・アーモンド	
15日		16日		17日		18日		19日	
		ごはん 牛乳 チキンカレー 福神漬 フルーツのゼリーあえ		ごはん 牛乳 さけのごまみそ鍋 ツア仔と鶏肉の旨辛煮		ごはん 牛乳 生揚げと豚肉の炒め煮 海藻サラダ 味付けのり		ミルクパン 牛乳 白玉スープ えびかつ コーンソテー	
		とりむねにく・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・だいこん・みかん・パイン・マスカットゼリー		さけ・とうふ・キャベツ・ながねぎ・さつまいも・こんにゃく・とりもも・しいたけ		なまあげ・ぶたにく・たまねぎ・にんじん・えだまめ・もやし・わかめ		しらたまもち・とりむねにく・パセリ・たまご・にんじん・えび・コーン	
22日		23日		24日		25日		26日	
ごはん 牛乳 酢豚 からしあえ				ごはん 牛乳 どさんこ汁 五目きんぴら バナナ		ごはん 牛乳 おでん いわしの梅煮 りんご		食パン 牛乳 さつまいものシチュー ハムカツ 温野菜(ワス和え)	
ぶたにく・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・しいたけ・たけのこ・ピーマン・もやし・にんじん				ホタテ・コーン・にんじん・じゃがいも・はくさい・とうふ・わかめ・ごぼう・にんじん・さつまあげ・ぶたにく・ほうれんそう・こんにゃく・バナナ		とうふ・にんじん・やきちくわ・だいこん・こんにゃく・たけのこ・がんも・うすらのたまご・いわし・りんご		さつまいも・にんじん・たまねぎ・マッシュルーム・とりむねにく・ハムカツ・キャベツ	
29日		30日		 給食委員会発表 給食グランプリ 給食委員会で、「給食グランプリ」というイベントを開催しました！ 委員会の中で「理想の給食」を3つ作り、全学年に投票してもらった結果、グランプリに輝いたメニューを実現させるというイベントです。候補のメニューはどれもすてきで、みんな選ぶのに一苦労…。 見事、グランプリとなったメニューは、9月9日に提供します☆彡					
ごはん 牛乳 せんべい汁 高野豆腐の炒め煮 グレープゼリー		ごはん 牛乳 大根のピリ辛味噌炒め 小松菜と油揚げの煮浸し							
とりむねにく・ごぼう・にんじん・ながねぎ・こんにゃく・せんべい・こうやとうふ・きりぼしだいこん・ひじき・にんじん・あぶらあげ・えだまめ		だいこん・ながねぎ・ぶたひきにく・にんじん・いんげん・こまつな・あぶらあげ							

給食だより 9月

旭川市立東五条小学校
令和7年8月26日



なが なつやす お
長い夏休みが終わりました。みなさん、思い出はたくさんできましたか？
まいにちげんき す
毎日元気に過ごすことはできましたか？楽しい思い出の話、ぜひ聞かせてく
ださい^-^ そしてきょうからにがつきはじ
ださい^-^ そしてきょうからにがつきはじ
秋が近づき、厳しい暑さ
も和らいますが、まだまだ気を抜かず、体調管理をしっかりと、2学期
げんき がんば
も元気に頑張りましょう！

9月食育目標 地産地消について知ろう

地産地消とは…

ちいき せいさん
地域で生産されたものを、その地域で消費すること。

あさひかわ やさい あさひやまどうぶつえん どうぶつ
旭川の野菜は、旭山動物園の動物たちが自印！



あさひかわさん やさい
旭川産の野菜である
あかし
証のマーク



きゅうしょく
給食でも、旭川産の野菜を
しやう
使用しています。この写真はチン
ゲンサイですが、こまつな
給食で登場する多くの野菜が、
あさひかわし そだ
旭川市で育ったものです！

せいさんしや
生産者さんの
なまえ か
名前も書いてあります！



地産地消のここがステキ

- 道外・海外から届くよりも
新せんでおいしく、栄養素
も豊富！
- 生産地から私たちのもとに
届くまでの距離が短く、移
動により排出されるガスが
少なくなるので、環境にと
てもやさしい！

旭川産のお米にも注目



あさひかわし
◎旭川市には、2つの“北海道ナンバーワン”があります◎

☆田んぼの広さナンバーワン…**5,770ヘクタール**の田んぼに作付けされています。
《 5,770ヘクタールってどのくらい？ 》
→旭山動物園が約**385個**あるくらいの広さ！

☆お米の収穫量ナンバーワン…1年で約**35,900トン**のお米が収穫されています。
《 35,900トンってどのくらい？ 》

→私たちが1年間に食べるお米の量が約60キロといわれているので、
約**60万人の人の1年分のお米**が、旭川市で収穫されたこととなります！