

2月 給食紹介

1月・2月の給食では、
6年生が家庭科の授業で考えた献立が登場しました!!

<6年生 家庭科『こんだてを工夫して』>

授業では、学校給食の献立を立てている栄養教諭から
どんな工夫をして献立を作成しているのかお話しさせていただき、
グループごとに様々なアイデアを出しながら
ステキな献立を考えてくれました。☆
ぜひ、この学習を通して学んだことを これからの食生活に
活かして行ってほしいと思います。

こんだて作成のポイント

- ・ 主食、主菜、副菜、汁もの の組み合わせ
- ・ 栄養バランス (五大栄養素)
- ・ 調理法、味つけのバランス
- ・ いろいろ
- ・ 旬の食材を取り入れる

- 1/10 (水)
- ・ ごはん
 - ・ 豚の生姜焼き
 - ・ おかかあえ
 - ・ わかめの味噌汁
 - ・ 牛乳



- 1/16 (水)
- ・ ごはん
 - ・ とんかつ
 - ・ わかめとキャバツのあえもの
 - ・ 冬野菜の味噌汁
 - ・ 牛乳



- 1/18 (木)
- ・ オムライス
 - ・ ツナサラダ
 - ・ ポトフ
 - ・ 牛乳



- 1/19 (金)
- ・ ごはん
 - ・ さばの竜田揚げ
 - ・ (お水草)の和風あえ
 - ・ 豆腐とわかめの味噌汁
 - ・ 牛乳



- 1/22 (月)
- ・ 豚丼
 - ・ 大根サラダ
 - ・ あおさの味噌汁
 - ・ コーヒー牛乳



- 1/23 (火)
- ・ バターライスのクリームソースかけ
 - ・ リゾット風
 - ・ マセドアンサラダ
 - ・ オニオンスープ
 - ・ フルーティミックス
 - ・ 牛乳

- 2/1 (木)
- ・ キムチチャーハン
 - ・ 揚げワンタンサラダ
 - ・ わかめスープ
 - ・ 牛乳



- 2/8 (木)
- ・ 牛肉ときのこの炊き込みごはん
 - ・ 肉しゃぶ
 - ・ けんちん汁
 - ・ 牛乳

- 2/9 (金)
- ・ じゃこごはん
 - ・ 鶏の照り焼き
 - ・ おかかあえ
 - ・ じゃがいもと玉ねぎの味噌汁
 - ・ リんご
 - ・ 牛乳



- 2/13 (月)
- ・ マーボー丼
 - ・ はるこめサラダ
 - ・ 小松菜スープ
 - ・ いちご
 - ・ 牛乳



- 2/15 (水)
- ・ ごはん
 - ・ 魚のちゃんちゃん焼き
 - ・ リンゴとわかめのあえもの
 - ・ なめこ汁
 - ・ 牛乳



- 2/19 (月)
- ・ キーマカレー
 - ・ 海藻サラダ
 - ・ サイダーゼリーポンチ
 - ・ 牛乳



- 2/28 (水)
- ・ ガルlopライス
 - ・ オムレツ
 - ・ 海藻サラダ
 - ・ ABCスープ
 - ・ 牛乳



- 2/29 (木)
- ・ ごはん
 - ・ 豆腐ハンバーグ
 - ・ シーザーサラダ
 - ・ わかめの味噌汁
 - ・ オレンジジュース

