

給食紹介

令和 6年 9月 13日(金)

ごはん 牛乳
ハンバーグ・BBQソース
コーンサラダ 田舎汁

☆〇〇〇〇さん
考案メニュー☆
バランスのいい献立
を考えるのは大変で、
悩みました。旬の食材
“さつまいも”をみそ
汁に入れたり、大好き
なハンバーグの献立に
したりしました。

ここがポイント



今日は、2年〇組 〇〇〇〇さん が考えてくれた献立です。
旬の食材を使い、バランスのよいみんなが大好きな給食ができました。

バランスのいい給食

1学期に2年生家庭科の授業で“給食の献立を考えよう”の学習をしました。栄養バランスや旬の食材、地場産食材、給食にあったメニュー、食べたい料理など、素敵な献立を考えてくれました。給食用にアレンジして毎月少しずつ紹介しています。(^^♪

みんな大好きな『ハンバーグ・BBQソース』をメインに、『コーンサラダ』、さつまいものはいったみそ汁の『田舎汁』を考えてくれました。これから“旬”をむかえる“さつまいも”は、ほんのり甘くホクホクで、味噌汁にしてもおいしいです。また、糖質（炭水化物）や食物繊維も豊富で、エネルギー補給や腸活（腸の働きを活発にする）のためにも、おすすめの食材です。これからおいしくなる“さつまいも”“きのこ”を使ったみそ汁を味わってください。

元気の源“ごはん”にぴったりメニュー！！ しっかり食べましょうね。