



☆酒々井中学校3年生のリクエスト給食紹介☆

3年1組：平成22年12月13日（月）

主食：ピラフ
主菜：かぼちゃグラタン
副菜：ごまだれサラダ（ドレッシング）
汁物：ラビオリスープ
デザート：チョコプリン
飲み物：牛乳（ミルメークコーヒー）

エネルギー：844kcal たんぱく質：22.0g



3年2組：平成22年12月20日（月）

主食：ご飯
主菜：豚肉の生姜焼き
副菜：ほうれん草和風サラダ
汁物：なめこ汁
デザート：雪見大福
飲み物：牛乳

エネルギー：888kcal たんぱく質：30.8g



3年3組：平成22年12月6日（月）

主食：ご飯
主菜：鶏のから揚げ2個
副菜：おひたし
汁物：野菜の味噌汁
デザート：プリン
飲み物：牛乳（ミルメークココア）

エネルギー：865kcal たんぱく質：36.3g



3年4組：平成22年12月1日（水）

主食：ココア揚げパン
主菜：じゃがバター
副菜：海草サラダ（ドレッシング）
汁物：米粉のシチュー
デザート：いちごのムース
飲み物：牛乳（ミルメークいちご）

エネルギー：874kcal たんぱく質：30.1g



全クラスからリクエストがあがったのが、「ほうれん草和風サラダ」でした。給食委員会さんと相談をして献立の調整をさせていただきました。どのクラスもすばらしい献立ができました。