

給食センターからこんにちは
1月の小学校の献立より・・・



酒々井小学校6年生のリクエスト給食紹介☆

6年1組：平成24年1月31日（火）

主食：中華めん(セルフ味噌ラーメン)

主菜：ハムチーズピカタ

副菜：もやしのナムル

汁物：ピリ辛味噌ラーメンスープ

デザート：みかんクレープ

飲み物：牛乳（ミルメークコーヒー）

エネルギー：591kcal たんぱく質：24.6g



6年2組：平成24年1月13日（金）

主食：ココア揚げパン

主菜：鶏の香草焼き

副菜：フロッコリーサラダ(ドレッシング)

汁物：ミネストローネ

デザート：レモンソーダゼリー

飲み物：牛乳

エネルギー：635kcal たんぱく質：25.0g



6年3組：平成24年1月19日（木）

主食：ご飯

主菜：ぶりの照り焼き

副菜：ポテトサラダ

汁物：酒々井味噌の豚汁

デザート：さつま芋フリン

飲み物：牛乳

エネルギー：708kcal たんぱく質：27.9g



献立を作成するときに
注意したこと、苦労したこと、感想

★6年1組

寒い季節に体が温まって、風邪をひかないように野菜がたっぷりとれるようにしました。

→みんなが食べやすい味で、おいしく野菜をたくさん食べられる献立になりました。

★6年2組

揚げパンに合う洋風メニューで、黄・赤・緑の栄養バランスを考え、野菜もたくさん取り入れました。

→栄養バランスだけでなく、彩りもきれいな献立になりました。

★6年3組

冬の今、どんな魚を選んだらよいか迷いました。

→冬に脂がのっておいしくて、出世魚とも呼ばれ、縁起のよい魚として1月にぴったりのぶりを選んでくれました。

どのクラスも好きなものだけを選ぶのではなく、栄養バランスや彩り、季節感などいろんなことを考えた、すばらしい給食になりました♪