

給食センターからこんにちは
11月の小学校の献立より…

どのクラスも一生懸命考えてくれたおかげで、すばらしい献立ができました。どうもありがとうございました♪

☆大室台小学校6年生のリクエスト給食紹介☆

6年1組：平成24年11月6日（火）

主食：ご飯
主菜：豚肉の生姜焼き
副菜：フロッキーサラダ(ドレッシング)
汁物：酒々井味噌のけんちん汁
デザート：フルーツ杏仁
飲み物：牛乳

エネルギー：657kcal たんぱく質：27.0g



～6年1組さんより～

- ・バランス(五大栄養素)を上手に組み立てるのが大変でした。
 - ・好き嫌いしないで考えました。
 - ・冬なので温かいものを選びました。
- クラスみんなで一生懸命考えてくれました。おかずごとに細かく集計もとり、感想もたくさんいただきました。

6年2組：平成24年11月13日（火）

主食：ゆかりご飯
主菜：ハンバーグおろしソース
副菜：磯香和え
汁物：田舎汁
デザート：柿
飲み物：牛乳(ミルメークいちご味)

エネルギー：664kcal たんぱく質：25.5g



～6年2組さんより～

- ・栄養を考えて作りました。
 - ・たくさんおいしいものがありました。
- たくさんあるメニューの中から、栄養バランスを考えて、そしておいしい献立になるように一生懸命考えることができました。

6年3組：平成24年11月20日（火）

主食：ご飯
主菜：鶏のから揚げ
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：698kcal たんぱく質：25.6g



～6年3組さんより～

- ・栄養のバランスに気をつけてつくりました。
 - ・今までにない組み合わせにチャレンジしました。
- とてもおいしそうなる「からあげ」と「カレー」の組み合わせを考えてくれました。エネルギーが少し高くなってしまったので、今回味噌汁との組み合わせにさせていただきました。

6年生の職場体験

11月20日(火)は、大室台小学校の6年生4名が給食センターに職場体験のため来てくれました。この日の給食は、リクエスト献立で献立を作成し、職場体験で給食作りのお手伝いもしてくれた、6年生のおかげでできた給食です。どうもありがとうございました。

～職場体験メニュー～

- ・白衣に着替え、手洗い
- ・なめこ汁の「ねぎ」の汚れチェック
- ・調理場見学
- ・なめこ汁を混ぜるお手伝い
- ・ふりかけのクラス分け
- ・などなど

泥や虫がないように確認



混ぜるのも大変だ!!



和風サラダって、こんな風に作られるんだぁ!



冷凍庫で記念撮影 寒かった…



1・2・3…数え間違えないように頑張りました。