

給食センターからこんにちは
12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ので、
素晴らしい献立ができました♪

☆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12月4日（火）

主食：わかめご飯
主菜：豚肉の生姜焼き
副菜：ほうれん草和風サラダ
汁物：酒々井味噌のお味噌汁
デザート：雪見だいふく
飲み物：牛乳

エネルギー：695kcal たんぱく質：25.0g



～6年1組さんより～

○みんなが楽しんで、食べたい料理を選びました。また、クラスでどうしても食べられないものがある人がいるので、みんなが食べられる材料を選びました。
→クラス全員のことを考えて、献立を考えることができました。

6年2組：平成24年12月6日（木）

主食&汁物：セルフ味噌ラーメン
（中華麺・ピリ辛味噌ラーメンスープ）
主菜：鉄鍋餃子
副菜：バンバンジーサラダ（ドレッシング）
デザート：アンパンマンチーズケーキ
飲み物：牛乳

エネルギー：565kcal たんぱく質：25.4g



～6年2組さんより～

○組み合わせや栄養バランスを工夫して考えました。
→ラーメンの献立として、食べやすい組み合わせと季節にぴったりの体が温まるメニューができました。

6年3組：平成24年12月18日（火）

主食&汁物：カレーうどん
主菜：鶏のから揚げ2個
副菜：いもいっぱいサラダ
デザート：いちごミルクプリン
飲み物：牛乳&ミルクココア

エネルギー：625kcal たんぱく質：29.3g



～6年3組さんより～

○季節を考えて、食べたい主食をカレーうどんにして、から揚げを増やしたいです。
→普段はから揚げ1個のところを、今回は2個付けでもバランスの範囲内で献立ができました。

6年生の職場体験

11月27日（火）は、酒々井小学校の6年生5名が給食センターに職場体験のため来てくれました。
給食作りのお手伝いや給食ができるまでの見学をしました。

～職場体験メニュー～

- ・白衣に着替え、手洗い
- ・「ほうれん草」「ねぎ」の汚れチェック
- ・調理場見学
- ・みぞれ汁を混ぜるお手伝い
- ・小袋マヨネーズのクラス分け
- ・などなど

泥や虫がないように確認

きれいに手が洗えているかな？確認中…



混ぜるのも大変だぁ…

1・2・3…
マヨネーズの
クラス分け中！

11月27日
の献立

