

給食センターからこんにちは

1月の小学校の献立より・・・

どのクラスも栄養バランスを考えて、みんなの好みに合った、おいしい、すばらしい献立を考えることができました。

☆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27年1月27日（火）

エネルギー：628kcal たんぱく質：28.1g
脂質：25.8g 塩分：3.1g

- ・主食：カルボナーラ風スパゲティ
- ・主菜：とりの香草焼き
- ・副菜：海草サラダ(ドレッシング)
- ・デザート：ココアバナナドック
- ・飲み物：牛乳
(ミルメークコーヒー)



～6年1組さんの感想～

〇6年1組のみんなは、和風のサラダが好きなので、パスタに合うかどうか苦労しました。パスタは1番人気のカルボナーラにしました。

6年2組：平成27年1月22日（木）

エネルギー：664kcal たんぱく質：24.5g
脂質：33.2g 塩分：3.1g

- ・主食：ナン
- ・主菜：ドライカレー
- ・副菜：ブロッコリーサラダ(ドレッシング)
- ・汁物：野菜とわかめスープ
- ・デザート：みかんクレープ
- ・飲み物：牛乳



～6年2組さんより～

〇バランスのよい献立をクラス全員で決めました。全員が納得のいく献立にするのが大変でした。

6年3組：平成27年1月21日（水）

エネルギー：665kcal たんぱく質：22.9g
脂質：20.8g 塩分：2.5g

- ・主食：ご飯
- ・主菜：さばの味噌煮
- ・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



～6年3組さんより～

〇各班に分かれ、栄養が偏らないようメニューを決めました。その中から、今の季節に合ったものや自分たちの好きなものを調整しながら決めました。

酒々井小学校 6年生のみなさん、リクエストありがとうございました♪