

給食センターからこんにちは
2月の小学校の献立より...

家庭科で学んだ献立作成の考え方をいかし、食べたいメニューだけではなく、栄養バランスやいろいろなども考えたすばらしい献立となりました♪

☆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27年2月5日（木）

エネルギー：687kcal たんぱく質：26.7g
脂質：17.1g 塩分：2.9g

- ・主食：ご飯
- ・主菜：とりのレモン煮
- ・副菜：野菜の中華和え
- ・汁物：酒々井味噌の豚汁
- ・デザート：レモンソーダゼリー
- ・飲み物：牛乳



～6年1組さんの感想～

〇栄養のバランスを考えるのが大変でした。家庭科で学んだことをいかせたかどうか不安です。

6年2組：平成27年2月17日（火）

エネルギー：703kcal たんぱく質：26.3g
脂質：18.6g 塩分：3.2g

- ・主食：わかめご飯
- ・主菜：とりのから揚げ
- ・副菜：バンサンスー
- ・汁物：酒々井味噌のさつま汁
- ・デザート：雪見大福
- ・飲み物：牛乳



～6年2組さんより～

〇献立作りはとても楽しかったので、またリクエスト給食を作りたいです。

6年3組：平成27年2月25日（水）

エネルギー：633kcal たんぱく質：23.6g
脂質：19.4g 塩分：2.3g

- ・主食：ご飯(のり佃煮)
- ・主菜：ぶりの照り焼き
- ・副菜：ほうれん草和風サラダ
- ・汁物：なめこ汁
- ・デザート：いよかんゼリー
- ・飲み物：牛乳



～6年3組さんより～

〇栄養バランス、全部が献立に合うようにすること、クラスみんなが一緒に食べられるような献立を考えました。

大室台小学校6年生のみなさん、リクエストありがとうございました♪

