



中学生の考えたバランス献立

給食センター檜原では、2年生の職場体験を受け入れています。調理場で調理や洗浄の体験をし、栄養士の仕事である食育訪問や献立作成も体験しました。

今回は、そんな職場体験の中で考えてくれた「バランス献立」を実際に給食で提供しました。



考案者の

石渡由宇さん 武山寛乃さん 山田幸秀さんより

みなさんへのメッセージ

みんなの好きな鶏肉をメインにしました。
彩りを意識してヘルシーなメニューになるように考えました。
和食の中でもいろいろな味が楽しめるよう頑張ったので、ぜひおいしく食べてください。



クラスメイトからの感想

第七中 石渡さん、武山さん、山田さんのバランス献立

テーマ：ヘルシーな給食

- ・ごはん
- ・鶏肉の
ネギ塩焼き
- ・野菜の彩り和え
- ・みそけんちん汁
- ・りんご缶



野菜が食べやすかった！

ねぎやごまがついていて
風味があっておいしかった！

バランスが良かった！
彩りもよかった！
味付けが全体的に食べやすかった！

汁物には野菜がたくさん
入っていてよかった！