

令和8年4月10日(金)

★ 清見オレンジ

★ 牛乳

★ ジャコサラダ
☺八王子産白菜

★ いかのねぎ塩焼き
☺八王子産ながねぎ

★ ごはん

★★ 肉じゃが

令和8年4月10日(金)

じゃがいも
約200kg分
手作業で切ります



てこの原理で
大量の食材を返します😊



成長期のみなさんへ

1. 給食を均等に配る工夫

食缶の中を区切って、目安をつけて配缶しましょう！

2. 給食準備を早く終わらせて食べる時間を確保

当番さんも他の生徒も声を掛け合って、協力しよう！

3. 極端に減らしすぎない

中学生に必要な栄養がたっぷりですが、苦手なものを全く食べないと栄養バランスも崩れてしまいます💧