

令和8年2月12日 木曜日

中学生が考えたバランス献立



# 令和8年2月12日 木曜日



## 中学生の考えた バランス献立(梶田中)



＊献立を考えてくれた生徒さん  
からのメッセージ＊

唐揚げは人気なので、皆さんに喜んでもらえるように主菜を鶏肉の唐揚げにしました。ご飯と唐揚げだけだと、野菜が不足してしまうと思い、3色ナムルと豚汁をメニューに取り入れました。3色ナムルには彩りがよくなるように、にんじんを入れました。

栄養バランスがよくなるように献立を考えたので、たくさん食べて元気になりましょう。

みなさんが食べやすいメニューを  
考えてくれました！おいしくいただきます。

