

# 食育ニュース

## 中学生の考えたバランス献立



家庭科で学習した内容を活かし、主食、主菜、副菜を組み合わせた「バランス献立」を市内中学校から募集し、給食で提供しています。



先生や友達に自分の考えた献立を食べてもらい、「おいしい」「すごい！」という感想に照れながらも喜び、「食」に対する興味が育っていると感じます。今後も、この取り組みを通して、「健康」や「食」に対する意識を高め、「自分で弁当を作ることができる」力を身につけて欲しいと願っています。

4月は、第六中学校 二年生 小川 <sup>ゆうか</sup> 友果さんが考案したメニューです。目でも楽しめるように、彩りを工夫して、バランスの良い献立を考えてくれました。

✿ 考案者 小川さんにインタビュー

Q.この献立をたてる際、どんな点を工夫しましたか？

A. 全体の彩りを考えて、にんじんなどの明るい色の野菜を取り入れ、色がきれいに見える工夫をしました。

Q.バランス献立に採用されたことを、ご家族はご存知ですか？ 周りの反応はいかがでしたか？

A. はい。すごいね！！って、ほめてくれました。

Q.今日は、市内のたくさんの中学生が、小川さんの考案した献立を食べています。みなさんにひとこと。

A. みなさんが、味わって食べてくれたら嬉しいです。



トマトスープがちょっとすっぱくておいしい！  
すごく考えられたメニューだと思う！



味つけにひと工夫があって、とてもおいしかったです。彩りもきれいでした。保健給食課より



4月19日（金）の中学校給食

- ・パン
- ・チキンのマーマレード焼き
- ・マカロニサラダ（ゴマドレッシング）
- ・ほうれん草のソース炒め
- ・磯味ポテト
- ・果物
- ・卵とトマトのスープ
- ・牛乳

チキンが好き♪



どれも、おいしいです♪