

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。

6月は、第二中学校 三年生 犬飼 花音さんが考案したメニューです。
野菜をおいしく食べられるように工夫したアイデアメニューです。

考案者 犬飼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？
また、献立選びで参考にした料理などはありますか？

A. 夏バテが多いと聞いたので、魚でカルシウムをしっかり摂って、さっぱりしたもので食欲をだしてもらえるように工夫しました。また「きゅうりの中華づけ」や「キノコスープ」は、自分の好きな料理なので、みんなに食べてもらおうと思って選びました。

Q.「バランス献立」に採用が決まって、周りの反応はいかがでしたか？

A. 友達が「すごいねっ」って言ってくれました。

Q. 今日、市内のたくさんの中学生が、犬飼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、おいしく食べてくれたら嬉しいです。
栄養をしっかりって健康になって欲しいです。



「バランス献立に採用されましたので、感謝状を贈ります。」



パチパチ♪

パチパチ♪

クラスメイトからひとこと



全部おいしい。
バランスがとれていていいね！

お肉がおいしい。



きゅうりがさっぱりしているね。

6月6日(木)の中学校給食

- ごはん
- 野菜そぼろ(具)
- ししゃものレモンあじ&鶏ささみ
- キュウリの中華づけ
- 厚揚げと小松菜の煮びたし
- キノコスープ ・牛乳