

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。

9月は、第一中学校 二年生 ^{しんけ} 新家 七海 さんが考案したメニューです。野菜がたくさん食べられるように工夫し、健康な体を作る献立を考えてくれました。

🍀 考案者 新家さんにインタビュー

バランス献立に採用された
感謝状です！



Q.この献立をたてる際、どのような工夫をしましたか？

A. 和食が好きなので、和食の献立にしました。
『魚のあんかけ』は、野菜もとれて、彩りもよくなると思ったので、入れました。

Q.バランス献立に採用されて、どう思いましたか？

A. 嬉しかったです。

Q.今日は、新家さんが考案した献立の給食を、たくさんの中学生が食べています。

A. おいしく食べてもらえたら、嬉しいです。

感謝状

八王子市立第一中学校
新家 七海 様
あなたは小、中学校で学んだことを生かし、バランスや彩り等に配慮した素敵な献立を考え、令和2年度9月の献立に採用されました
あなたの作品を通し、みんなが献立に興味を持ち、健康的な食事について関心を深めたことに感謝し、ここに表彰します
令和2年9月16日
八王子市教育委員会
教育長 安岡 英樹

バランス良く
考えられているね。

今日の給食は
新家さんが
考えた献立です。

魚のあんかけ
おいしい♪

採用されて
すごい！

9月16日(水)の中学校給食

- ・ごこくごはん
- ・魚のあんかけ
- ・ブロッコリーと卵のいためもの
- ・豆腐のカレー煮
- ・きゅうりとわかめのすの物
- ・さつまいもとりんごの甘煮
- ・牛乳

