

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。

1月は、横山中学校 一年生 多和田一真さんが考案したメニューです。
テーマ：『栄養バランスがよく、色合いがよく、おいしい給食』



考案者 多和田さんにインタビュー

感謝状

八王子市立横山中学校

多和田 一真様

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3年度1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4年1月18日

八王子市教育委員会
教育長 安間 英潮

Q.この献立をたてる際、どのような工夫をしましたか？

A.だれでも好き嫌いなく食べられる食材を選びました。体の健康を考え、栄養バランスがとれた献立を考えました。

Q.バランス献立に選ばれたことを、ご家族は知っていますか？

A.はい、知っています。すごいねって言ってくれました。

Q.今日は、多和田さんが考案した献立の給食を、たくさんの中学生在食べています。どんな気持ちですか？

A.食べ終わったときに、おいしかったって思ってくれたらうれしいです。

見ためも
きれい♪

バランスよく
考えられているね



ししゃも
おいしい!



1月18日(火)の中学校給食

- わかめごはん
- ししゃもフライ
- ブロッコリーと人参
胡麻和え
- キャベツと玉ねぎのみそ汁
- 牛乳