

食育だより 3月

平成26年
栃木市都賀学校給食センター
所長 手塚 宏夫
栄養士 山根 教子
高木 貴子

合戦場小学校のクエストメニュー

合戦場小学校の6年生が、家庭科の授業で、給食の一食分の献立を考えてくれました。
とてもおいしそうな献立ばかりです。 お楽しみに！

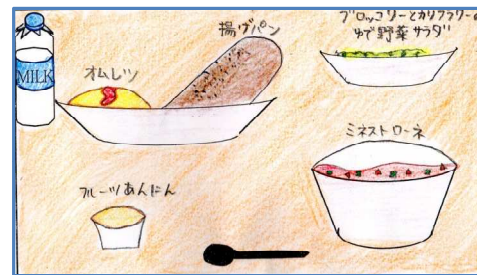
3月5日(水)合戦場小学校 6年 三上 莉奈 さんのクエストメニュー

【 洋風の色どりメニュー 】

ココア揚げパン ・ 牛乳 ・ オムレツ
ブロッコリーとカリフラワーのゆで野菜サラダ
ミネストローネスープ
フルーツアンニン

(献立をつくった時の感想)

栄養のバランスを考えて、献立を作るのは大変でした。
その料理に何が入っているのかをよく考えられて、良かったです。



どのメニューも、も栄養や健康を
考えて作られたずばらしい献立です。
地元の野菜をたっぷり使った献立も
あり、みんなで食べるのがとても
楽しみです。



色どりが
とてもきれ
いです。
いろいろな
食材を使っ
ていていい
ですね。



野菜がたく
さん使われ
ています。
みんなの大
すきな献立
です。



＜ 小学校6年生 家庭科の授業 「給食の献立を考えよう。」



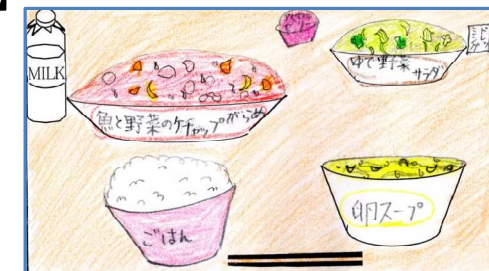
3月13日(木) 合戦場小学校 6年 小松原 愛 さんのクエストメニュー

【 元気もりもり野菜たっぷりメニュー 】

ごはん ・ 牛乳
魚と野菜のケチャップがらめ
ゆで野菜サラダ
卵スープ
りんごゼリー

(献立をつくった時の感想)

食材をたくさん使うことを心掛けて、献立を立てました。栄養のバランスもよく考えて、献立を立てることが
できました。献立作りは、とても楽しかったです。



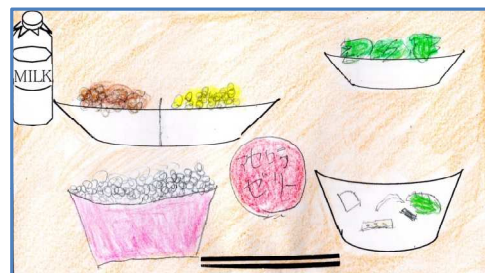
3月6日(木) 合戦場小学校 6年 荻原 歩夢 さんのクエストメニュー

【 THE いろどり献立 】

ごはん ・ 牛乳
セルフ三色丼の具
(鶏そぼろ ・ いり卵 ・ ごまあえ)
みそ汁
アセロラゼリー

(献立をつくった時の感想)

色どりをきれいにするように、がんばりました。



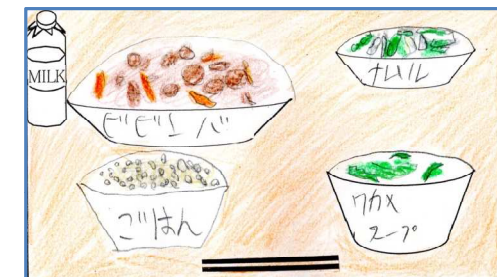
3月14日(金) 合戦場小学校 6年 高田 陽斗 さんのクエストメニュー

【 おいしい給食 】

ごはん ・ 牛乳
セルフビビンバの具 ・ ナムル
わかめスープ
ミルメークコーヒー

(献立をつくった時の感想)

主食 ・ 主菜 ・ 副菜を考え、この献立を作りました。



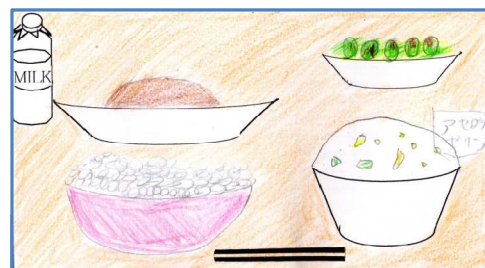
3月11日(火) 合戦場小学校 6年 大川 幸輝 さんのクエストメニュー

【 元気のでるおいしいメニュー 】

ごはん ・ 牛乳
ぶりの照り焼き ・ 肉じゃが
きゅうりのキムチ
甘夏ゼリー

(献立をつくった時の感想)

しっかりとした献立を立てられました。



3月17日(月) 合戦場小学校 6年 白井 健一郎 さんのクエストメニュー

【 カラフル栄養満点給食 】

たけのこごはん ・ 牛乳
鶏肉の甘酢あんかけ
かいそうサラダ ・ 栄養満点味噌汁
チョコムース

(献立をつくった時の感想)

野菜をたくさん使った給食にしました。
栄養のバランスをよく考え、カラフルな給食にしました。

