

10月28日(月)

ご飯

鮭のちゃんちゃん焼き
切り干し大根の含め煮
具沢山味噌汁



1年生の考えた献立

りんごとさつまいものカップケーキ・牛乳

今日の献立は、1年生が家庭科の授業で考えた献立です。10月~12月まで、1クラス2献立、合計6献立を給食に採用していきます。

今日の献立を考案したのは、1年B組1班(9/4当時)の生徒です。この献立に決めた理由は、旬の食材を使用し、栄養素をとれるからです。そして、栄養バランスすについて特に気を付けたことは、主に体の調子を整える食品である3群・4群を少なくせず、全ての栄養素をとれるようにしたことです。

キャベツ：千葉
さつまいも：千葉
こまつな：埼玉
たまねぎ：北海道
にんじん：北海道
りんご：青森
しめじ：長野
だいこん：神奈川
たまご：青森
鮭：北海道