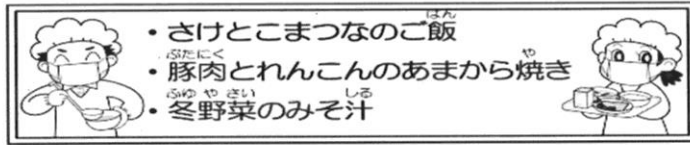


11月8日 (金)

きょうのこんだて

さけとこまつなのごはん
ぎゅうにゅう
ぶたにくとれんこんのあまから焼き
ふゆやさいのみそしる

がっこうきゅうしよくこんだて
学校給食献立コンクール優秀賞作品



らくしまく の だ しょうがっこう さくねん しょうがく ねんせい
福島県野田 小 学校の 昨 年 の 小 学 6 年 生 の
作品です。献立のねらいは「野菜をいっぱい使っ
て、5・6時間目も勉強が、がんばれるような
給食」です。



き	(おもにエネルギーのもとになる) ごはん、いりごま、あぶら、 さとう
あか	(おもにからだをつくる) ぎゅうにゅう、 べにざけ(フレーク)、 きざみのり、ぶたにく、とうふ、 あかみそ、しろみそ、だしこんぶ、 けずりぶし
みどり	(おもにからだのちょうしをととのえる) こまつな、れんこん、はくさい、 ごぼう、にんじん、 なめこ、あおねぎ

クイズ① れんこんにはなぜ穴があいているのでしょうか。
①水分を通すため ②栄養を通すため ③空気を通すため

一口メモ

きょう こんだて
○今日の献立は、「さけとこまつなのごはん、ぶた肉と
れんこんのあまから焼き、冬野菜のみそしる」です。
さくねんど がっこうきゅうしよくこんだて ゆうしゅうしよく こんだて
昨年度の学校給食献立コンクール優秀賞の献立です。
の だ しょうがっこう さくねん ねんせい かんが こんだて
野田小学校の昨年の6年生が考えた献立です。
こんだて やさい つか じかんめ
献立のねらいは「野菜をいっぱい使って、5、6時間目も
べんきょう
勉強が、がんばれるような給食」です。
こんだて きょう きゅうしよく
献立のねらいにもあるように今日の給食では、



こまつな



れんこん

さけとこまつなのごはんには、こまつなを20グラム、
ぶた肉とれんこんのあまから焼きには、れんこんを20グラム
ふゆやさい
冬野菜のみそしるには、はくさい30グラム、ごぼう10グラム
にんじん10グラム、あお ねぎ5グラムと合わせて95グラムの
やさい つか
野菜を使っています。



ごぼう



はくさい



あおねぎ



にんじん

きょう きゅうしよく
今日の給食をみなさんもしっかり食べて、5、6時間目を元気にすごしましょう。

こまつな	大阪府	にんじん	北海道	れんこん	徳島県
ごぼう	青森県	はくさい	長野県	青ねぎ	徳島県

ごみの分別 □ 普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：③