

令和7年10月28日 火曜日

中学生の考えたバランス献立

★ツナと大根のサラダ

😊八王子産大根、きゅうり使用

★牛乳

★鶏の唐揚げ 甘辛ダレかけ

😊八王子産しょうが使用

★ごはん

★ABCスープ

😊八王子産キャベツ使用

中学生が考えたバランス献立



給食センター南大沢では2年生の職場体験を受け入れています。調理場で調理や洗浄の見学や体験をし、栄養士の仕事である食育訪問や献立作成も体験しました。



中学生が考えたバランス献立



献立を考えた、 宮上中2年生からのメッセージ

多くの人が好きな唐揚げを主菜にしました。唐揚げにたれをかけて、ごはんに合うように工夫しました。

ABCスープで野菜をとり、サラダには旬の大根を使い、野菜もしっかりとれるようにしました。