

<中学生の考えたバランス献立>を提供！

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。

7月17日、給食センター元横山提供校5校にて、第一中学校2年生の生徒さんが考案したバランス献立を提供しました。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。

献立内容

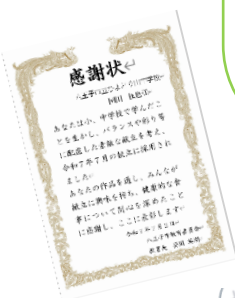
- ・わかめご飯
- ・鮭の塩焼き
- ・ほうれん草と卵とかまぼこの炒め物
- ・八王子大根入り豚汁
- ・冷凍みかん
- ・牛乳

メニューを考案した

生徒さんへのインタビュー

- Q. 献立で工夫した点を教えてください。
- A. 食品群が偏りすぎないように気を付けました。
また、彩りがよくなるようにしました。
- Q. 献立作成で大変だったことを教えてください。
- A. 野菜炒めが緑色ばかりになってしまうので、
卵やかまぼこを加えて彩りを工夫するのが大変でした。
- Q. バランス献立に選ばれた時の感想やご家族の反応はどうでしたか？
- A. びっくりしました。
家族も喜んでくれました。

教育長からの
感謝状 ➡



みんなでおいしく
いただきました！



◀ 鮭の塩焼き
鮭を鉄板に並べて
いるところです。



ほうれん草と卵と
かまぼこの炒め物 ▶
彩り豊かに
仕上がりました。

