



食育ニュース

中学生の考えたバランス献立を提供しました！

令和7年7月に檜原中学校の生徒さんが給食センター檜原に職場体験に来ました！調理はもちろん、栄養士の献立作成や食育訪問などを体験し、給食センターの業務について学びました。

栄養士業務の体験として、檜原中学校の生徒さんが考えた献立を、令和7年12月に給食センター檜原第二調理場対象校5校にて、提供しました！



考案者の生徒さんにインタビュー

Q. 献立のポイントを教えてください。

A. 献立のテーマは、「身体の健康を維持しよう！」で、このテーマを決めた理由は、みんなが好きそうな食べ物で健康を意識してほしいからです。ふだんからも健康を意識して給食を食べましょう。



Q. 自分たちで考えた献立が給食に提供されてどうでしたか？

A. みんなが好きそうなメニューにしたので、おいしいよって言ってくれたことがうれしかったです。
自分の考えた献立をクラスの子が食べててくれてうれしかったです。



『檜原中 職場体験の生徒さん考案 バランス献立』

テーマ

「身体の健康を維持しよう！」

- ・ごはん
- ・鶏肉のからあげ
- ・ごま和え
- ・かきたま汁
- ・黄桃缶
- ・牛乳

〈クラスメイトからの感想〉

- ・からあげがジューシーで、ごはんがすすんだ。
- ・スープに卵や具材がたっぷり入っていて、彩りがよく、栄養満点だった。
- ・どれもおいしく、野菜がたくさん入っていた。

