

1 月 11 日 (木)

今日の給食

★今日の食材の産地★

お皿の位置に注意しよう！

※2ページ目に6年生が書いた絵があります。



食材名	産地名
とりにく	宮崎
ぶたにく	埼玉・群馬
たまねぎ	北海道
にんじん	茨城
しょうが	高知
こねぎ	佐賀
キャベツ	愛知
もやし	栃木
だいこん	東京
なめこ	群馬
こまつな	群馬
ながねぎ	東京
やまといも	栃木
さといも	群馬
ひじき	埼玉
	長崎

今日の給食は「ごはん」に「和風豆腐ハンバーグ」と「みそドレサラダ」「いもこ汁」の栄養バランス献立です。

今日の給食もそうですが、実は1月の給食の半分は6年生が考えた献立が入っています。なぜ？こんな企画が実現したのか
というと、毎年1月の24日～30日の1週間は“全国学校給食週間”という、学校給食の誕生を祝って全国各地の小中学校で
色々な給食のイベントが行われます。そこで、我が戸山小は“戸山小学校給食月間”と題し、6年生の家庭科の授業とコラボ
することになりました。家庭科の授業で学んだ『栄養バランスのよい食事（献立）』を参考に、6年生の皆さんが頭をひねり
考えてくれました。今回は全員の献立を出すことはできませんでしたが、その中でも選りすぐりのアイデア献立を給食として
再現したので、6年生はもちろん、ぜひ！1～5年生も楽しみ、味わいながら、モリモリとたくさん食べてくださいね😊

寒い日には、ビタミンを

さつまいもご飯

- ・さつまいも
- ・米

みかんゼリー

- ・みかん
- ・粉ゼラチン

牛乳

みそドレッシング

- ・大根
- ・カリフラワー
- ・人参
- ・セロリ
- ・トマト

とうふハンバーグ

- ・ひきき
- ・玉ねぎ
- ・とうふ
- ・とりなま肉
- ・かつおだし
- (ソース)



ここがポイント!!

ビタミンをとることも重要ですが、旬の野菜のカリフラワーをサラダに入れてみました。あと、みかんには、ビタミンCがふくまれているので、かぜを予防してくれます。