

令和6年 11月 20日(水)



今日の南中給食



かていか こんだて
家庭科コラボ 1-B献立

メニュー

- ・ご飯(しゃもじ)
- ・油淋鶏(はさみ)
ゆーりんちー
- ・きゅうりともやしのピリ辛
(ギザお玉)
- ・わかめスープ(お玉)
- ・牛乳・カップヨーグルト
ぎゅうにゅう



今日の栄養メモ

カップヨーグルト片付け

ヨーグルトのパックは専用の袋にできるだけ重ねていれてください。

今日は家庭科コラボレーション献立です。1年生が家庭科で学習し
バランスの良い献立を班ごとに作成しました。その中から、給食で
提供できるメニューを、11月、12月の献立に組み込んでいます。

いい献立がたくさんありましたが、栄養のバランスに加えて、給食では、
給食室の設備、食器や食缶の種類や数など、制限があるので、それに
合うようにメニューを選んだり、少しアレンジしています。

今日は1年B組のメニューです。主食・主菜・副菜・汁物とバランス
の良い中華メニューで、ヨーグルトもあるのでカルシウムもばっちり
です。ただ、牛乳を残してしまうと、カルシウムが半分になってしまう
ので、牛乳もしっかり飲んでくださいね。