

給食だより



朝霧小学校給食だより

平成30年 10月

秋がやってきました。30℃近くあった気温も下がり、空気も肌に心地よく、体も動かしやすい季節です。今月の給食には、実りの秋を感じさせてくれる食材や、私たちの住んでいる播磨地域の味を取り入れられたりと、魅力的な献立がたくさん登場します。給食を通して、季節の味や地元の味を感じてください。



食べ物の働きを知り バランスよく食べよう

食べ物は、おもなはたらきによって、3つのグループに分けられます

元気に運動できるように、力を出してくれるよ。



おもにエネルギーになる



おもに体をつくる



ひふやきん肉、ほねなど、体をつくってくれるよ。

病気に負けない体を、つくってくれるよ。



おもに体の調子を整える



食べる食品が、かたよらないよう、各グループからバランスよく食べようね。



食べ物は、元気な体を作るために、色々な働きをしてくれます。苦手な食べ物も、体の中に入ると、体を元気にしようがんばってくれます。まずはひと口からでいいので、苦手なものも食べてみましょう。



とくべつきゅうしょく

き

特別給食のメニューが決まりました

自分で考えたメニューが給食に！！ということで、1年に1回だけの朝霧小学校だけの特別給食のメニューを募集したところ、今回も、みなさんからたくさんの応募がありました。校長先生、調理員さんと一緒に審査した結果、今年度、特別給食のメニューに選ばれたのは、大田さんの『島のごはん』と、川口さんの『えいようたっぷりシャキシャキいため』です。これから、日程、食材、給食室での作り方などを調整していきます。登場する日を楽しみにしておいて下さいね。



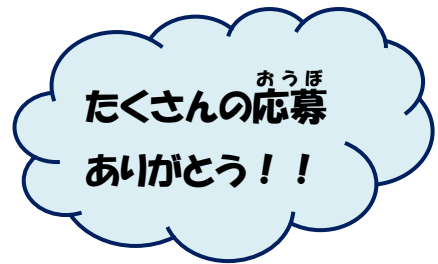
スペシャル給食大賞



『島のごはん』 5年1組 大田 乃愛 さん

『えいようたっぷりシャキシャキいため』 4年4組 川口 愛梨 さん

応募してくれたみなさんのメニューも紹介します。お家の人や友達と一緒に考えてくれた人、作り方を詳しく丁寧に書いてくれた人もたくさんいて、食べてみたくなるものばかりでした。



- 1年1組 きしもと ひろと さん 『カツオの竜田フライ タルタル付』
- 1年2組 すずき ひみか さん 『しゃぶしゃぶ豚肉の冷製とかぼちゃサラダ』
- 1年2組 やまだ りょう さん 『タコライス』
- 1年5組 ふじわら はやと さん 『れいとうバナナ』
- 2年1組 いとう あかり さん と はらだ さわ さん 『サラダ ア・ラ・カルト』
- 2年2組 さいた あやか さん 『キャロットライスでカレー』
- 2年2組 すわべ かなと さん 『めんたいこポテトサラダ』
- 2年2組 とみなが りの さん 『カレーピラフ』
- 3年2組 ふじわら あいり さん 『ピーマンのにくづめ (かくし味いり)』
- 3年3組 おがさはら りん さん 『元気モリモリジャコ』
- 3年3組 ふじわら とらじ さん 『ソーセージとズッキーニのめんつゆ炒め』
- 3年3組 あかし ゆめの さん 『野菜はるさめスープ』
- 3年4組 よねたに つばさ さん 『きんぴらごぼう』
- 4年2組 葉田 ゆう真 さん 『桃のぷるんぷるんヨーグルト』
- 4年2組 財田 侑奈 さん 『鮭とキャベツの和風スパゲティ』
- 4年4組 阿曾 遥 さん 『クリームチキンカレー』
- 5年1組 やました ゆうし さん 『ピーマンとお肉のスタミナみそいため』
- 5年3組 ふじわら えんぞう さん 『ちぢみ』
- 6年1組 くぼ しおん さん と ふくはら みあ さん 『えいようまんてんごはん』
- 6年3組 阿尾 ま優 さん 『かぼちゃパインサラダ』

