

School Lunch Letter



12月11日(木)

【献立名】

牛乳・枝豆ご飯
いわしの梅巻揚げ・豚汁
豚肉と糸こんにのピリ辛

【配膳ポイント】

ごはんと炒めものは、全体を 1/4 にして、一区画から 10 人分ずつ配りましょう。豚汁は、底から混ぜながらおたまに大盛 1 杯を目安に配ります。

「食事を見直して ウイルス対策！」

一食分の目安量



【今日の栄養価】

エネルギー 822kcal ・ たんぱく質 32.2g ・ 脂質 31.9g

11月8日(土)に、「あなたのためのおべんとうコンクール 東京大会」が開催され、1年生の[チーム愛]と、2年生の[もぐもぐ秋だよりチーム]が参加し、[もぐもぐ秋だよりチーム]が見事優勝しました！

優勝メニューは

枝豆ご飯・秋刀魚の梅しそ挟み焼き・シラス入り卵焼き
かぼちゃの素揚げ・ブロッコリーの和え物・
キャロットラペ・プチトマト という全7品。

このまま給食で…と考えたのですが、550人分を作るには作業手順が複雑すぎて断念。そこで主食の「枝豆ご飯」と、主菜の「秋刀魚の梅しそ挟み焼き」をアレンジして「いわしの梅巻き揚げ」として給食で提供することにしました。

「魚料理を必ず入れる」という課題があり、両チームとも試行錯誤して当日に臨みました。当日は決められた85分間よりも早くしあがり、練習も含め一番の出来だったと思います。1月25日には全国大会が開催されます。応援しています。

