

心も体もポカポカ給食

コンセプト：給食で全校の心も体もあつためて、冬を乗り越えよう！

メニューにこめられた願い

体があつたまる給食メニューで冬の寒さに打ち勝つ！とともに、全校でこの給食を楽しんで、心も体もポカポカにしたいという願いから。黙食を強いられる中ではあるけど、みんなであつたかい給食を共有することで、心がつながると良いなと思います。



麦ごはん
結旨豚のしょうが焼き
きんぴらごぼう
味噌煮込み
安納芋のムース
牛乳

献立紹介文

今日は、結クラス4班が作った、心も体もあつためる、ポカポカ給食です。しょうが焼きのしょうがには、体をあつためる効果があります。また、根菜も体をあつためるには良いですよ。根菜とは、にんじん、大根など、土の中で育った野菜のことです。今日の給食にはどんな野菜が入っているか、考えながら食べてみてくださいね。今は黙って給食を食べないといけません。みんなが心をひとつにして寒い冬を楽しく過ごしていきましょうね。

栄養価(8~9歳)

エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食塩相当量 (g)
770	28.6	27.1	98.5	1.9
カルシウム (mg)	ビタミンA (μ gRE)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)
356	304	0.83	0.49	18

食べてみての感想

- ・デザートのもースも卵や牛乳が使われていなかったり、アレルギーのことも考えられていいなあと思いました。味噌煮込みもあったかくて美味しかったです。
- ・あたたかいおかず、根菜で体の中からあたたかくなりました。いろどりもあたたかい色が多く、見た目でもあたたかくなりました。

評価

評価項目	得点
今日の献立は、テーマに合っていると思うか	4.44
考えた班の思いや願いは、伝わったか	4.41
メニューのバランス(味・見た目・組合せ)はどうか	4.50
また食べたいと思うか	4.42

合計 4.44