

今日の給食は、家庭科の授業で6年生が考えた献立です。6年3組の4名が考えた、れんこんちらし寿司、牛乳、なめこ汁、小松菜のごま和えです。

ちらし寿司には、秋から冬にかけて旬をむかえる“れんこん”が入っています。シャキシャキした食感を楽しみましょう。

みそ汁に入っている“なめこ”は、きのこの仲間です。みそ汁に入ると、なめこからのとろみがつくため、体が温まりそうですね。

ごま和えに使用した小松菜とにんじんは、新座市内の鈴木農園さんから新鮮なものを届けていただきました。



この献立を考えたみなさんに、アピールポイントを聞きました。



“ちらし寿司”にあう色々な具材を入れ、彩りを良くしました。また、ちらし寿司にあう“なめこ汁”を合わせました。



献立を考えると大変だったことを聞きました。



どうしたらバランスのよい献立になるかを、考えるのが大変でした。

みなさん、今日もしっかり食べて丈夫なからだをつくりましょう！

れんこんちらし寿司



れんこんを削ります



合わせ酢を作ります

なめこ汁



溶いたみそを入れます



具を作ります



ごはんといも、合わせ酢を混ぜます

～メンバー紹介～

