

リクエストこんだて

1

こんだて名

主食 しゅじょく ごはん

主菜 しゅさい とり肉とさつまいもの揚げがらめ

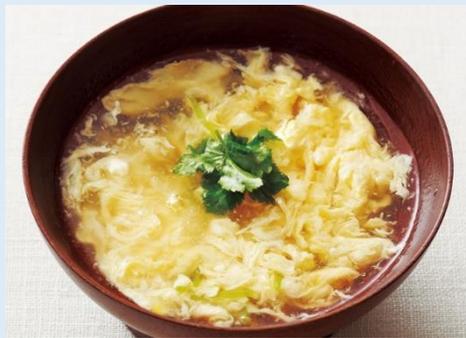
副菜 ふくさい わかめの酢のもの

汁物 じゅうもの かきたま汁

飲み物 の飲みもの 牛乳 ぎゅうにゅう

その他 その他 りんごゼリー

イメージ図



工夫したところ

味の偏りがないようにしました。

旬の食材はわかめとみかん、佐渡の食材はわかめとみそです。

全体的に、バランスのいい給食になったと思います。

リクエストこんだて

2

こんだて名^{めい}

主食^{しゅしょく} ごはん

主菜^{しゅさい} 鮭^{さけ}のマヨコーン^や焼き

副菜^{ふくさい} ほうれん草^{そう}のおひたし

汁物^{しるもの} わかめとえのきのみそ汁^{しる}

飲み物^の 牛乳^{ぎゅうにゅう}

その他^た りんご

イメージ^ず図



工夫^{くふう}したところ

栄養^{えいよう}バランスをよくしました。

リクエストこんだて

3

こんだて名^{めい}

主食^{しゅしょく} ごはん

主菜^{しゅさい} タラのマヨネーズ焼き^や

副菜^{ふくさい} 青菜のおひたし^{あおな}

汁物^{しるもの} もずくのみそ汁^{しる}

飲み物^{のもの} 牛乳^{ぎゅうにゅう}

その他^た みかん

イメージ^ず 図



工夫^{くふう}したところ

・みんなが^す好きそうなおかずにした。^{さど}佐渡の食材、^{しよくざい}旬の食材、^{しゆん}旬の食材、^{しよくざい}旬の食材、^い旬の食材を入れた。

リクエストこんだて

4

こんだて名^{めい}

主食^{しゅしょく} ごはん

主菜^{しゅさい} ぶりかつ 副菜^{ふくさい} ほうれん草^{そう}のあえもの

汁物^{しるもの} かぼちゃとチンゲンサイのみそ汁^{しる}

飲み物^{の もの} 牛乳^{ぎゅうにゅう}

その他^た みかん

イメージ^ず 図



工夫^{くふう}したところ

旬^{しゅん}の食材^{しょくざい}をたくさん入^いれました。佐渡^{さど}のご当地食品^{とうちしょくひん}のぶりかつ^{つか}を使用^{つか}しました。なるべくみんなが嫌い^{きら}

そうなものは避け^さけました。旬^{しゅん}のおいしいみかん^{つか}を使用^{つか}しました。

リクエストこんだて

5

こんだて名^{めい}

主食^{しゅしょく} ごはん

主菜^{しゅさい} とりにく 鶏肉のレモンソースかけ

副菜^{ふくさい} かいそう 海藻サラダ

汁物^{しるもの} とんじる 豚汁

飲み物^のもの ぎゅうにゅう 牛乳

その他^た みかん

イメージ^ず 図



工夫^{くふう}したところ

• 同じ食材が入らないようにした。前^{まえ}に出^でておいしかったからまたみんなに食^たべてほしい。

• 旬^{しゅん}の食材^{しょくざい}をたくさん使^{つか}った。オリジナル野菜^{やさい}を考^{かんが}えた。

• 子^こどもが好^すきそうな感^{かん}じにした。