

平成 31 年 4 月 18 日 (木)

中央学校給食センター

【献立名】 コッペパン 牛乳 鶏肉の香味揚げ  
かみかみサラダ クラムチャウダー



【ひとメモ】

## リクエスト献立を楽しもう

(楽しく会食すること)

今日は、岡田小学校のみなさんのリクエスト給食です。

丸亀市中央学校給食センターでは、みなさんに給食を楽しく食べてもらうための工夫の一つとしてリクエスト献立を実施しています。リクエスト献立では、みなさんが考えた献立が実際に給食センターで作られ、食べることができます。毎年、みんなで楽しく食べられる献立や、家庭科で習ったことを活かして栄養バランスのとれた献立にしたり、郷土料理を取り入れた献立にするなど、それぞれの学校でいろいろなコンセプトを決めて考えてくれています。

食材の都合などで少し変更することもあります。各学校、1年に1回のリクエスト献立を今年も楽しみにしててくださいね。

2019年 4月 18日(木) 第二学校給食センター

【献立名】 コッペパン 牛乳 黒豆きなこクリーム カレービーンズ  
カミカミサラダ いちご



【ひとロメモ】

## しっかり かんで食べよう

(健康によい食事のとり方)

今日は、4月18日「4・1・8(よん いち はち)」で「よ・い・は」の日です。今年度も毎月1回、8のつく日を「かみかみデー」として、みなさんにかむことを意識してもらいたいと思っています。

食べ物をよくかんで食べると、歯やあごが強くなったり、消化吸収がよくなったり、脳への刺激になったりといいいことがたくさんあります。

今日の給食では、かみごたえのある「小松菜」と「アーモンド」を使ったあえものをとりいれています。

健康のために、しっかりよくかんで、食べる習慣をつけましょう。

平成 31 年 4 月 18 日 (木)

飯山学校給食センター

【献立名】 コッペパン 牛乳 鶏肉の香味揚げ  
かみかみサラダ クラムチャウダー

《今日の丸亀産の食材》

にんにく 葉ねぎ

たまねぎ チンゲン菜 きゅうり



【ひと口メモ】

よくかんで食べよう



(健康によい食事のとり方)

今日のめあては、「よくかんで食べよう」です。

今日は、4月18日「4・1・8 (よん いち はち)」で「よ・い・は」の日です。今年度も毎月1回、8のつく日を「かみかみデー」として、みなさんにかむことを意識してもらいたいと思っています。

食べ物をよくかんで食べると、歯やあごが強くなったり、消化吸収がよくなったり、脳への刺激になったりといいいことがたくさんあります。

今日の給食では、かみごたえのある「ごぼう」と「するめ」を使った、かみかみサラダを取り入れています。

健康のために、しっかりよくかんで、食べる習慣をつけましょう。