

# 輪之内中学校 1年生 アイデア献立

輪之内中学校1年生が家庭科の授業で考えた献立が10月、11月の学校給食に登場しました。

## 生徒からのコメント

**10月2日(木)**

野菜を多く使うことを意識しました。旬の野菜や果物も入れて、工夫しました。

**10月15日(水)**

秋といえば「食の秋」なので旬を感じてほしくて輪之内町の米とともに秋が旬の野菜をつめこみました。県魚である鮎は苦手な人も食べやすいように甘いたれをかけます。

長良川の鵜飼い収めの日に登場です。さつまいも、れんこんなど名前の通り旬がいっぱいの混ぜごはんです。

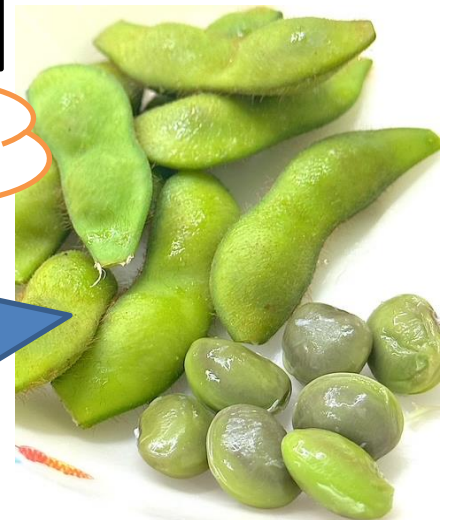
**10月17日(金)**

輪之内町の食材や旬の野菜をたくさん取り入れました。栄養がたくさんとれることを意識しました。

輪之内町で育った黒豆のえだまめを取り入れてくれました。カレーには、にんじん、玉ねぎのほかになす、しめじ、ブロッコリーを入れて、名前の通り、たくさんの野菜が入ったカレーです。ブロッコリーは岐阜県産です。

## 栄養士から

岐阜県産富有柿のペーストを使ったソースを焼いた鶏肉にかけました。



## 輪之内町産 黒豆のえだまめ

輪之内町大吉新田地区でとれた、黒豆のえだまめです。お正月などに煮物で食べることが多い黒豆の子どもである若いうちの豆は、枝豆として、おいしく食べることができます。黒豆の枝豆は、普通の枝豆と比べて、もっちりとしていて、甘味があるのが特徴です。

家庭の味を取り入れてくれたことがとても素敵ですね。きのこマヨネーズ焼きには、えのきたけと岐阜県産のまいたけを入れました。

**11月26日(水)**

お母さんが作ってくれて、おいしかった料理を給食でも食べてほしいと思って考えました。旬の食べ物をたくさん入れました。

大根おろしのたれをかける豚肉は、カラッと揚がるように揚げ時間や温度にこだわりました。和食の組み合わせに合うようにコーンたっぷりのごはんは、かくし味に昆布のだしを加えました。

**11月27日(木)**

昨年の給食の献立を参考にして、旬の食材をたくさん入れて、工夫しました。栄養のバランスも考えて、6つの食品群がすべて入るようにしました。



すてきな献立を考えてくれてありがとう。おいしく食べてもらえるよういっしょけんめい作りました。