



令和6(2024)年度

9月

予定給食献立表後半

志木市立志木中学校

箸・スプーン・フォークは給食室で準備したものを使
全校で使っています。

月曜日

火曜日

水曜日

木曜日

金曜日

今月の目標 成長期の食事について考えよう ～今後半の献立のコンセプト 主食・主菜・副菜を描えてバランスのよい食事を～

厚生労働省では、毎年9月1日から9月30日までの1か月を「食生活改善普及運動」の期間と定めています。令和6年度の食生活改善普及運動は、健康日本21(第三次)における栄養・食生活領域の目標に定められています。「バランスの良い食事を摂っている者の増加」「野菜摂取量の増加」「果物摂取量の改善」「食塩摂取量の減少」に焦点を当てた運動を積極的に実施します。志木中学校の献立も「減塩」に努め「柑橘リレー」や「果物の食べ比べ」などで果物についての理解を深め、「野菜をこまかく食べるような汁一汁二菜献立」を増やしていくと考えています。

※材料によってその日の献立が変更になる場合があります。ご了承ください。

※家庭科で学習する食品の仲間分けに合わせた6群の記載に変更しています。

表示の説明	上の数字は、エネルギー kcal と、脂肪 g の目安です。 下の数字は、糖質 g と、脂質 g の目安です。				
体をへぐる	野菜を多く含む 热中しにくい				
かんぱり質	高品質 ビタミン 高水素 食粗				
I群	2群	3群	A群	5群	6群
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳

16日 敬老の日

17日 十五夜献立・セルフおにぎり

18日 一日早い食育の日献立

19日 シェフ給食

20日 新人歓迎献立、新潟県郷土料理

23日 秋分の日

24日 司の果物ジャム

25日 お彼岸献立

26日 沖縄料理

27日 トマトクリーミー

30日 パレスホテル大宮

シェフと教職員でフランス料理の試作をしました

9月19日 シェフ給食のメニュー

パレスホテル大宮のモモラカミ純料理監修した監修したメニューを、当日は実際に志木中の給食室にシェフからして作ってください。夏休みには教職員が研修して試作をし、味覚の授業を受けました。当日はいつもとはちょっと違う給食時間になる予定です。

Poisson cuit à la vapeur avec sauce bolognaise et patates douces
白身魚のグリルソース添え・ショートポテト添え
Pot-au-feu de poulet et légumes râties
鶏と野菜のポトフ添え
Blanc-manger servi avec des pommes rouge vif
グラナットマフィン・代りにヨーグルト添え
この3品にパスタと牛乳を組みあわせます。

副菜(果物)

副菜

副菜

主食

副菜

汁物

5人のシェフによる味覚の授業が行われました。生徒から「本当に楽しかった!! ためになった~!!」という声が多くな教室から聞こえました。