

# ランチニュース

11月21日 きょうのこんだて

- ・<sup>むぎ</sup>麦いりごはん
- ・えびとブロッコリーと<sup>たま</sup>玉ねぎの<sup>いた</sup>炒めもの
- ・<sup>にんじん</sup>人参レモン
- ・さつまいも<sup>とんじる</sup>豚汁
- ・<sup>ぎゅうにゅう</sup>牛乳



<sup>ねんせい</sup> 6年生が<sup>かていか</sup>家庭科の<sup>がくしゅう</sup>学習で、<sup>きゅうしよく</sup>バランスのよい給食の<sup>こんだて</sup>献立を<sup>かんが</sup>考えました。今日の<sup>きょう</sup>献立は、<sup>ねん</sup>6年  
<sup>くみ</sup>4組の<sup>じどう</sup>児童が<sup>かんが</sup>考えた<sup>こんだて</sup>献立です。

この<sup>じき</sup>時期に<sup>あじ</sup>しか<sup>しゅん</sup>味わえない、いろいろな旬の  
<sup>しょくざい</sup>食材を<sup>あじ</sup>味わってほしいという<sup>きも</sup>気持ちで、できるだ  
けたくさんの<sup>しゅん</sup>旬の<sup>しょくざい</sup>食材を<sup>い</sup>入れてみました。

それから、<sup>ふそく</sup>ビタミンが不足しないように<sup>き</sup>気をつけ  
ながら<sup>かんが</sup>考えました。また、<sup>ふゆ</sup>レモンは冬が<sup>しゅん</sup>旬の<sup>た</sup>食べ  
<sup>もの</sup>物なので<sup>こんだて</sup>献立に<sup>い</sup>入れたいなと思、<sup>おも</sup>レモンを<sup>つか</sup>使った  
<sup>こども</sup>子供にも<sup>た</sup>食べられ<sup>にんじん</sup>そうな人参レモンを入れました。

<sup>ふゆ</sup>冬は、<sup>たいちょう</sup>体調に<sup>き</sup>気を<sup>つ</sup>付けながら<sup>す</sup>過ごしてください。