

# 学校給食の メニュー作りにチャレンジ！

学校給食センターでは、給食を食べているみなさんが『心も身体もすくすくと元気に育  
ってほしい！』と願っています。「安心・安全で栄養バランスのとれたおいしい給食」で、  
給食の時間が楽しみで待ち遠しくなるようにがんばっています。

そんな給食を、みなさんと一緒に考えたら、給食の時間もさらに待ち遠しくなるかな…  
と思い、メニューのアイデアを募集します！



みんなで食べたいな…

「こんな給食」「あんな給食」



|            |   |
|------------|---|
| 応募対象者      | 蕨市立小・中学校に通う児童・生徒（保護者と相談可）   |
| 募集期限       | 令和3年9月1日（水）   |
| 提出先        | 各学校の給食主任の先生   |
| 募集内容       | <ul style="list-style-type: none"> <li>・我が家の自慢料理</li> <li>・みんなに知らせたい郷土料理</li> <li>・私のアイデア料理</li> </ul>  |
| 献立を作る時の注意点 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・1度にまとめて料理のできるもの。<br/>（給食センターでは4700人分の給食をまとめて作ります。）</li> <li>・生もの（生の野菜、生の肉・魚）は使えません。</li> <li>・特別な材料（高価なもの・手に入れることが困難なもの）は避けてください。</li> <li>・使用する材料は、食品名で書いてください。</li> <li>・使用する材料の量は、1人分でグラム単位としてください。</li> <li>・献立の特徴・セールスポイントを書いてください。</li> </ul> |
| その他        | <ul style="list-style-type: none"> <li>・採用された献立は、11月から学校給食に登場させます。</li> <li>・応募のときに書いた個人情報、学校給食の運営に必要な範囲内での利用とし、他の用途には使用しません。</li> </ul>  |

※応募用紙は、蕨市学校給食センターのホームページからもダウンロードできます。

（アドレス <http://www.city.warabi.saitama.jp/kyushoku/index.htm>）

アイデアいっぱいの、すてきな献立をお待ちしています！



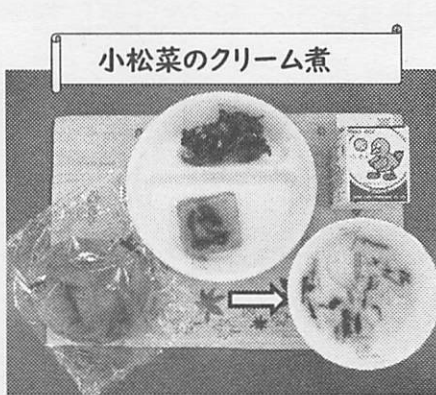
☆☆令和元年度に採用したメニューや今年度の月ごとの献立作成の目標を裏面で紹介しています☆☆



# 令和元年度に採用したメニューの一部を紹介します！



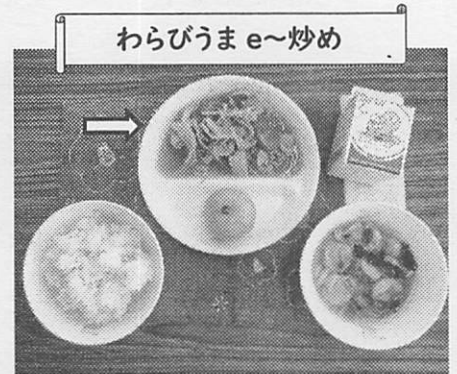
一昨年度は、542件の応募がありました。すてきなメニューが多く、なにを採用しようかたくさん悩みました。今年もたくさんのお応募があることを楽しみにしています♪  
メニューを作成するときのポイントをまとめたので、参考にしてください！



埼玉県での収穫量が全国1位の「小松菜」を使った献立です。埼玉県のことを食べて学ぶことのできるすてきなメニューでした。



応募してくれた生徒の田舎・島原でお正月に食べられるお雑煮を紹介してくれました。地域や行事のことを学ぶことのできるメニューでした。



甘塩っぱい味つけて、苦手な野菜もチャレンジできるのではないかと考えてくれました。ごはんがすすむおかずでした。

## ☆☆メニューを選ぶポイント☆☆

- ① 献立名 … 応募用紙を見るときに、まずは献立名を見ます。インパクトのある名前や献立をイメージしやすい名前にするといいですね！
- ② 献立の特徴 … 献立のアピールポイント、工夫した点、みなさんに知ってもらいたいことを書きましょう。
- ③ 材料 … 旬の食材、地域の食材などが積極的に使えるといいですね！給食では、使える食材が限られているため、手に入りやすい食材で献立を考えられると取り入れやすいです。
  - ・蕨市で作っている野菜…じゃがいも、玉ねぎ、長ねぎ、白菜、大根
  - ・埼玉県が名産の食材…ゆず、しゃくし菜、深谷ねぎ
  - 小松菜、さといも、かぶ、きゅうりなど

給食は、毎月のテーマにあわせて考えています。今年度は、下のような計画で献立を考えていきます。応募献立の採用時期は、11～3月になります。時期にあったものを考えてみましょう！

| 月  | 献立のテーマ                       | 食に関する行事                |
|----|------------------------------|------------------------|
| 11 | ・『彩の国ふるさと学校給食月間』…ふるさとの味を楽しもう | ・和食の日<br>・読書週間<br>・七五三 |
| 12 | ・寒さに負けない身体を作ろう！<br>・身体が温まる献立 | ・冬至                    |
| 1  | ・『全国学校給食週間』…学校給食の歴史を学ぶ献立     | ・お正月<br>・高校入試          |
| 2  | ・冬が旬の食材を使った献立                | ・節分<br>・立春             |
| 3  | ・思い出に残る献立                    | ・ひな祭り<br>・卒業・進級        |




**応募用紙**


|            |           |         |        |
|------------|-----------|---------|--------|
| 献立名        |           | 学校名     | 学校 年 組 |
| 氏名<br>(漢字) |           | (よみかた ) |        |
| 材料名        | 1人分の量 (g) | 作り方     |        |
|            |           |         |        |
|            |           |         |        |
|            |           |         |        |
|            |           |         |        |
|            |           |         |        |
|            |           |         |        |
|            |           |         |        |
|            |           |         |        |
|            |           |         |        |
|            |           |         |        |
|            |           |         |        |
| 献立の特徴      |           |         |        |
|            |           |         |        |

応募用紙を切り離して、担当の先生に提出してください！