



令和7年 1月24日(金)～1月30日(木)

今年も「わくわく給食作品展（献立の部）」の入賞作品を献立に取り入れ実施します。

今年も熊本市教育委員会主催の「わくわく楽しい給食作品展」が開催されました。献立部門には、市内中学校で1166作品の取り組みがあり、91作品の応募がありました。たくさんの応募ありがとうございました。審査委員長に下益城城南中学校の安方更宜校長先生、審査委員は学校給食関係者4名で審査会が実施されました。「市産農産物の活用」「献立の特徴」「創意・工夫」「興味・関心（わくわく感）」「学校給食への実現性」の5つの項目について審査が行われ受賞作品が選ばれました。給食週間には、最優秀賞・優秀賞の3つの作品を献立として実施します。



桜木中学校 3年
坂本 咲麗さん

苦手な野菜も美味しく味わおう！

- ・麦ごはん ・牛乳
- ・苦手な野菜も美味しいカレー
- ・ごま油香るシャキシャキあえ物
- ・貧血予防スープ



メインのカレーに苦手な人が多い「ピーマン・トマト・なす」を使いましたが、食べやすい大きさにしました。苦手な野菜も調理法や切り方を変えたり、煮込んだりすることでおいしく食べられます。あえ物のもやしのシャキシャキ感とごま油の香りを楽しんでください。

もし、この献立で自分が苦手な野菜が入っていたら、味わって食べてみてほしいです。



京陵中学校 2年
石橋 優月さん

- ・麦ごはん ・牛乳
- ・中華風野菜たっぷり魚のあんかけ
- ・中華風キャベツと卵のスープ
- ・揚げレンコンとホクホク大学芋



中華風の給食にしたいと思ったので、中華風スープと魚のあんかけにしました。一回の給食でたくさん野菜がとれるように、スープは具沢山です。もう一品は、みんなが好きな大学芋にしました。かみ応えが出るように、熊本のレンコンを厚めに切り、揚げレンコンにして大学芋に混ぜました。

給食の先生方が作ってくださった給食をしっかりと食べて、寒さを乗り切ってください。



桜木中学校 3年
中尾 希美さん

栄養満点スタミナ給食！

- ・ごはん ・牛乳
- ・免疫力アップカレー風味丼
- ・鉄分強化・貧血予防サラダ
- ・根菜たっぷり豚汁



成長期の皆さんの体は、カルシウムや鉄を多く必要とします。サラダの小松菜やひじきには鉄やカルシウムが多く含まれます。鉄は野菜に多く含まれるビタミンCやツナに含まれるたんぱく質と一緒にとることで吸収率がアップします。

また、カレー風味丼のしょうがやんにくは血行を良くして体温を上げ、れんこんは腸内環境を整えるので、免疫力を高めることができます。なぜ予防にぴったりの一品です。

麦がいつもの2倍入っているよ。

24日(金) 給食が始まった日の献立

- ・2割麦ごはん
- ・牛乳
- ・塩鮭 ・たくあん
- ・根菜のみそ汁



約136年前に始まった給食を再現した献立です。

みんなの先輩が考えた献立だよ。

過去の入賞作品の紹介の日

- ・丸パン ・牛乳
- ・ハンバーグ野菜ソース
- ・コールスロー
- ・野菜あったかスープ



過去の作品展で入賞した作品を紹介する献立です。

★入選上位2作品は、2月と3月に実施を予定しています。

桜木中学校3年 田上 世玲奈さん

京陵中学校2年 川上 眞矢さん