



10月の予定献立表



令和4年度

今月の目標...何でも食べよう

市川市立菅谷小学校

Main menu table with columns for date, meal name, ingredients, and nutritional values (Energy, Protein, Fat, Salt).

Menu table for 19th to 31st, including a table for '10月の平均値' (Average for October) with columns for Energy, Protein, Fat, and Salt.

♪リクエスト給食が始まります♪
6月に全校のみなさんに、給食のリクエストメニューをとりました。
10月~11月にかけてクラスごとにリクエスト給食を行います。お楽しみに!

おはなし給食です!
19日のちびミートボールパスタは、「妖精アンナとぼくの料理レッスン」より、
26日のマカロニグラタンは「こまったさんのグラタン」に登場します。
どんなお話なのかは、当日、ブックス委員会さんのお話を聞いてみて
くださいね!

※ 以上のように予定しておりますが、食材料等の都合により献立を変更することがあります。ご了承ください。
※ 給食当番が終わったら、白衣等を持ち帰ります。洗濯、アイロンがけ、補修(必要な場合)をよろしくお願いいたします。

★そやっ子給食ランキング★

6月に全校児童に給食のアンケートを行いました。みなさん、どんな食べ物が好きなのでしょう？

○あなたは給食が好きですか？(1年生～6年生の374人が答えてくれました)

・好き 285人 ・嫌い 10人 ・どちらでもない 79人



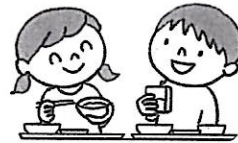
76% (100人のうち78人) が給食が好き！という答えができました。

97% (100人のうち97人) は給食は嫌いではないという結果となりました。

給食は、たくさんのメニューがあります。給食を通して、たくさんのおいしい味を見つけてほしいです。

◆給食が好きな理由(給食が好きな1年生～6年生293人に聞きました)

- 1位 おいしいから 240人
- 2位 みんなと一緒に食べられるから 133人
- 3位 栄養バランスのとれたものだから 132人

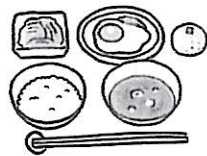


給食の好きな人の84% (5人のうち4人) はおいしいからと答えてくれました。給食はみんなで一緒に食べると楽しくておいしいですよ。そして、給食は、栄養バランスがとれていて食べると元気になると答えてくれた人もたくさんいました。

おいしくて、元気になる給食を、これからも目指して作っていきます！

◆給食を残すことがありますか？

・はい 182人 (52%) ・いいえ 195人 (51%)



給食が好きな曾谷っ子が多いのですが、給食を残してしまうことがある人は半分くらいいました。給食を残してしまう理由は、「嫌いな食べ物がある」「量が多すぎる」と答えた人が多かったです。学年があがるにつれて、体に必要な栄養の量が増えるので、給食の量が増えます。しっかり食べて、よく体を動かしてエネルギーを消費することが、健康でいられることの秘訣です。



☆好きな曾谷小学校の給食メニューベスト3

	1位	(人)	2位	(人)	3位	(人)
1年	あげパン	(11)	はちみつレモントースト	(9)	カレー	(8)
2年	フルーツポンチ	(8)	カレー	(7)	あげパン	(7)
3年	カレー	(17)	みそラーメン	(6)	あげパン・焼肉サラダ	(各5)
4年	あげパン	(15)	焼肉サラダ	(13)	まーぼー豆腐 麻婆豆腐	(4)
5年	あげパン	(14)	焼肉サラダ	(14)	カレー	(6)
6年	あげパン	(8)	焼肉サラダ	(8)	からあげ 唐揚げ	(6)

ほとんどの学年で、あげパンがランクインしました。ココアあげパンが大人気です。

3年生から上の学年は、焼肉サラダがランクインしています。

高学年になると、様々なメニューが書かれていました。野菜チップや、焼きそばなども多かったです。

△苦手な食べ物ワースト3

	1位	(人)	2位	(人)	3位	(人)
1年	ピーマン	(4)	なす	(4)	ツナ・納豆	各(3)
2年	なす	(5)	ピーマン	(5)	豆・トマト・しいたけ・ししゃも	各(3)
3年	ピーマン	(6)	チーズ	(5)	トマト	(4)
4年	ピーマン	(5)	トマト	(3)	ししゃも・ABCスープ	各(2)
5年	トマト	(9)	ピーマン	(4)	きのこ	(3)
6年	トマト	(8)	ピーマン	(6)	なす	(5)

トマト・ピーマン・なすがランクインしました。(毎年ランクインします) 夏においしいこれらの野菜は、香りが強かったり、独特の歯ごたえなどが苦手な理由かと思えます。しかしながら、トマトは、ミートソースやシチューにすると人気メニューとなりますね。意外とピーマンの肉詰めも残りが少ないです。

好きな調理方法やメニューでおいしく、苦手な食材を工夫して食べると、苦手な食べ物とも仲良くなれると思います。ぜひチャレンジしてみてください！