

しよくいくメモは、日直さんが読んだり、教室にはったりしてね

12月11日のしよくいくメモ

中学生が考えたバランス献立！

中学生のみなさんが家庭科
の授業で勉強したことを活か
して、健康を考えた献立を
作ってくれました！



第六中学校 1年生考案メニュー

- *ごはん
- *豆腐ハンバーグ（ひじきとれんこん）
- *ちくわときゅうり
- *みそ汁
- *牛乳

献立のポイント

- ・たくさんの野菜がとれる献立にしました。
- ・ハンバーグはみんなが大好きなメニューで、お肉が少なめですが、お豆腐も一緒に入れてヘルシーでボリュームのあるハンバーグです。

食べてくれる人へのメッセージ

妹と弟が大好きなメニューです。1回の料理でバランス良く栄養をとってもらいたいです。