

9月 給食だより

令和7年9月18日
岩手県立気仙光陵支援学校

しょうがくぶ 小学部のみなで、リクエスト給食の

こんだて かんが がくしゅう おこな 献立を考える学習を行いました！

7月15日(火)に小学部の皆さんでリクエスト給食の献立を考える学習を行いました。小学部リクエスト給食のテーマは、「人気メニューの中から献立を考えよう!」でした。

リクエスト給食のメニューを選ぶにあたって、小学部のみなさんから事前に好きな食べ物アンケートを実施し、人気のあったメニューの中から献立を考えました。

学習時間の中で、実物の献立やゼリーをいくつか用意して、彩りや香りを楽しんだあとに、食べたいメニューを選んでもらいました。



献立は、次の2つの中から、食べたい方を選んでもらいました。

①カレー、ハンバーグ、マカロニサラダ

②ご飯、唐揚げ&ポテトフライ、金平ごぼう、味噌汁

デザートは、①いちごプリン、②マスカットヨーグルト、③りんごゼリーの3つの中から選んでもらいました。

多数決の結果、9月9日(火)の献立は、ご飯、唐揚げ&ポテトフライ、金平ごぼう、味噌汁、いちごプリンに決定しました。

当日の給食時間の様子を見ると、小学部のほとんどの児童が完食していました!小学部以外の中学部、高等部の生徒もこの日の給食を心待ちにしており、楽しく食事をしている様子でした。



← リクエスト給食の授業の様子

裏面は
当日の様子です!



リクエスト給食当日の様子 →

次回のリクエスト給食は
12月の予定です。
中学部が担当します。
お楽しみに♡



きしゅくしゃせい けんこうこうざ じっし 寄宿舎生に健康講座を実施しました！

7月15日(火)に、寄宿舎生に健康講座を実施しました。テーマは、「みんなの心も体も喜ぶリクエストメニューを考えよう!」です。栄養教諭が献立を考えるとときには、栄養バランスやおいしさ、塩分量、旬、彩りなど、さまざまなポイントに気を付けて献立作成を行っていることを学びました。その後、「栄養バランスのよい食事=体が喜ぶ食事であること」「おいしい食事=心が喜ぶ食事であること」を学習しました。リクエストメニューを考える際には、この2つのポイントに気を付けて、棟ごとに「みんなの心も体も喜ぶリクエストメニュー」を考えました。

みなさん積極的に意見を出し合い、「みんなが喜ぶメニューとは?」ということ意識しながらメニューを考えることができました。

棟ごとに考えた献立は、寄宿舎の夕食に登場する予定です。みなさん楽しみに待っていてくださいね♡

①栄養のバランス

副菜・汁もの
野菜や果物(おもにからいもの)の体の調子を整える
もたになる食品)などを多く使ったおかず

主菜
肉や魚、たまごや大豆(おもに体をつくるものになる食品)などを多く使ったおかず

主食
ごはんやパン、めん
(おもにエネルギーのもたになる食品)

②おいしい

心も体も喜ぶからといって
好きなものばかり食べず、
苦手なものも頑張って食べましょう。

食べすぎには気を付けましょう。

