

給食だより

2024 給食総選挙

令和6年 12月号
北海道兩電高等養護学校

10、11、12月の重点マナー
「食事のマナー」

- 箸の持ち方
- 食器の持ち方
- 食事時の姿勢
- 楽しい会話 など



今月の栄養価（1ヶ月平均 / 目標値）
カロリー(熱量) 799kcal / 820kcal
たんぱく質 34.3g / 26.6~41.0g
脂質 27.3g / 18.2~27.3g
食塩 3.4g / 2.5g

学校ホームページに食育のページがあります。毎月の給食だよりや生徒の様子をのせた syokustagram(ブログ) もありますので是非御覧ください。



www.uryuukoyo.hokkaido-c.ed.jp/?page_id=166

今年も開催！給食総選挙！4つのメニューから自分が一番食べたいメニューに1票投票して、みんなで給食のメニューを決めよう！という学習です。どんな料理が立候補したのでしょうか？今年は第5回目の給食総選挙です。昨年のテーマは「最強丼選手権No.1 ドンブリメニューを決めよう」でした。今年のテーマは！？12月2日の全校集会で発表します。



それぞれのメニューには皆さんを悩ませる推しポイントがあります。メニューの詳細は12月2日の集会の時間に見る動画、または渡り廊下の掲示物で確認してください。

投票は12月2日～12月13日の12日間。投票の結果発表は12月16日です。

あなたの一票がメニューを変える！？よ～く考えて投票してくださいね。



2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)
- 焼き肉丼 - みそ汁 - ささみの韓国のり和え - スライスパン 907 kcal	- 醤油ラーメン - 豆腐ナゲット - グレープフルーツ 779 kcal	- 炊き込みごはん - みそ汁 - 焼き魚(さば) - 五目豆 717 kcal	- あさりとときのこのスパゲティ - キャベツとカニカマのサラダ - プリン 634 kcal	- ごはん - すり身汁 - 回鍋肉 - 梅和え 703 kcal
9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)
- 深川丼 - すまし汁 - きゅうりのごまみそ和え - ヨーグルト 748 kcal	- スイートロール(くるみ会) - マカロニシチュー - ペッパーチキン - ごぼうサラダ 954 kcal	- ごはん - みそ汁 - 鮭のちゃんちゃん焼き - 里芋の煮物 820 kcal	- わかめうどん - もやしとちくわの和え物 - 杏仁フルーツ 652 kcal	- チリコンカンライス - 切り干し大根サラダ - ゼリー 841 kcal
16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)
給食総選挙 結果発表 ??? kcal	- ちゃんこ汁ラーメン - 揚げ餃子 - 黄桃 778 kcal	- チーズおかかおにぎり(のり) - みそ汁 - すき焼き風煮物 - キャベツの桜えび和え 778 kcal	- 根菜のミートソーススパゲティ - コーンサラダ - 焼きプリンタルト 794 kcal	- ごはん - みそ汁 - 大根と豚肉のピリ辛炒め - キャベツのツナ和え 669 kcal
23日(月) 縦割り給食	24日(火)	25日(水)		
- ごはん - みそ汁 - 豆腐ハンバーグ - おろしソース - ブロッコリーバター炒め 812 kcal	Christmas Menu 1134 kcal	- カレーライス - ブロッコリーサラダ - ゼリー 856 kcal		

Christmas Menu

今年のクリスマスメニューは、24日(火)です。いつもの給食よりも少しだけ豪華な特別メニューになっています。みなさんはクリスマスと言えばどんな料理を想像しますか？当日までメニューはマル秘です。

