

親子で考える給食献立

～冬に美味しい野菜を使ったおかず～

献立名

白菜のクリームシチュー



学部 (小) 学年 (6) 年

児童生徒氏名

森合幸希

保護者 氏名

森合優子

(4人分)

材料名	分量	作り方
※調味料も記入してください。 白菜 コーン (大) シチューのもと 牛乳 水 しお こしょう	1/4 4まい 1/2 1/3 300ml 400ml 少々 少々	※わかりやすく箇条書きで。イラストもOK。 ①白菜、コーンを縦向きに切る。 ②水を加えて煮る。白菜、コーンを入れる。 ③コーンを入れる。 ④シチューのもとを入れる。 ⑤牛乳を加えて塩、こしょう、おしおきをする。

アピールポイント (この献立を思いついた理由・工夫したところなど)

白菜の色が綺麗なく、シチューに合ったこと



親子で考える給食献立

～冬に美味しい野菜を使ったおかず～

献立名

しらがたのぼり

とん汁



学部 (高) 学年 (2) 年

児童生徒氏名

高林 紀香

保護者 氏名

高林 圭子

(4人分)

材料名	分量	作り方
※調味料も記入してください。 ・しらが ・ねぎ ・ごぼう ・はくさい ・にんじん ・とうふ ・肉 ・糸こんにゃく ・たまご ・だし ・みそ ・しらが油 ・おろし	適量	※わかりやすく箇条書きで。イラストもOK。 ・ぶつ切りにした肉、にんじん、ごぼう、たまごを炒める。糸こんにゃく、はくさいも入れる。 ・おろしを入れる。 ・調味料を入れる。 ・とうふを入れる。 ・しらが油を入れる。

アピールポイント (この献立を思いついた理由・工夫したところなど)

寒い冬、お刺身としてしらがをいれて

ホッパ ホカ。体も心もあったか〜♪

