

11月
no. 3
I need food!

給食だより
春日井市立西部中学校

文化祭(2日目)に持ってくるお弁当を自分で作ってみた!

「自分で作るお弁当の日」

参加人数 50 名

掲示：2 棟 1 階

※12 月末まで掲示

校長先生のお弁当も
掲示中!

実施日

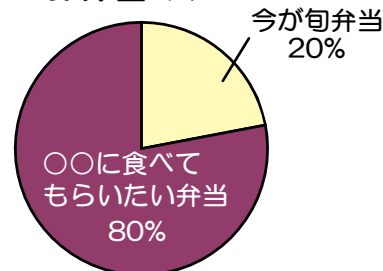
(木)



お弁当のテーマ

「〇〇に食べてもらいたい弁当」が80%と多かったです。〇〇には、「家族」17人が最も多く、次に「友達」9人、なかには「野球部」や「バス部」、「味が分かる人」などがありました。思いやりが詰まった素晴らしいお弁当が出来上がっていました。「今が旬弁当」は、秋の味覚のきのこ、くだもの、いも類をいれた季節感ただようおいしそうなお弁当ばかりでした。

お弁当のテーマ

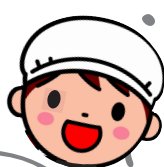


お弁当のテーマを選んだ理由

それぞれの思いが詰まった、たくさんの理由がありました。



いつもお世話になっているお父さんに食べてもらいたかったから



秋生まれなので、秋の旬を知り、その旬の食材でお弁当作りをしてみたいと思ったから。



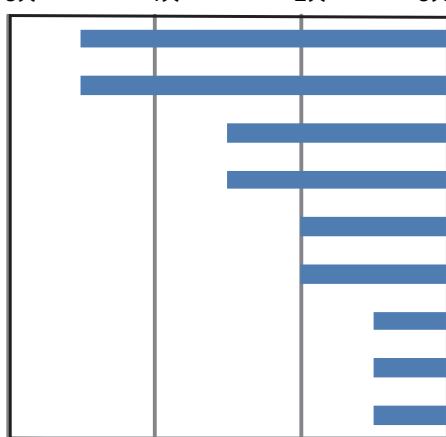
親・家族に食べてもらいたかったから。

家庭科の授業で旬のものは栄養があり、おいしいと知ったので。



お弁当作りで工夫した点

6人 4人 2人 0人



工夫した点	人数
キャラを作ったこと。	5
彩りをよくした。	5
食材の配置を工夫した。	3
食べやすいように小さく切っていた。	3
栄養のバランスを考えた。	2
野菜を多く入れた。	2
お肉を親が作っているより大きく切って食べ応えがあるようにしました。	1
「きのこの炊き込みご飯」に入れるきのこを一回網で焼いてから炊いた。	1
簡単な手順で作れるように工夫した。	1



今回は「お弁当の構想図」を事前に考えたこともあって、とてもレベルの高いお弁当が多かったです。なによりも「自分で作る」ことが本当に素晴らしい! 自分でお弁当を作ることは「自立」の第一歩でもあります。自分のごはんを作ることができれば、世界のどこへ行っても生きられる、そこで自分のしたいことができるもになります。

