

大東(だいてう)中生徒考案メニュー

「11月は大野東!!」

大野東中の2年生がランチ給食のメニューを考えてくれました!

10月の大野中に続き、11月の大野東中学校の生徒考案メニューはどんなメニューかな?♪
同じ中学生のメニューをみんなで食べよう!!



大野城市PRキャラクター
大野ジョー

大東(だいてう)じまん

【教育理念】

生徒、保護者、地域、教職員が『共育』の精神のもと、「共に学ぶ学校」「共に鍛える学校」「共に創る学校」

【教育目標】

『自律貢献』～志としなやかな心を持ち、地域・社会に貢献できる生徒の育成～

★ 学校スローガン
「当たり前感謝、互いに感謝、今日に感謝・・・
すべての人の笑顔が溢れる学校へ!
Well-beingが向上する学校へ!」



東子(とうこ)ちゃん



大東(だいてう)くん

★ 生徒会スローガン
「共に創る～自分から自分らしく輝ける大東へ～」

【11月は大野東中！】

バラエティー豊かな

大東メニュー

同じ中学生が考えた
メニューを
みんなで食べよう！



11/1
(金)

2-7 川島 栞元さん

- ・ごまわかめごはん
- ・鶏肉ハンバーグ
(1食おろしつゆ付)
- ・きのこソテー
- ・厚揚げと野菜の中華風炒め
- ・マカロニサラダ
- ・フルーツヨーグルト

部活や運動をしている中学生におすすめするランチです。必要なたんぱく質やカルシウム等を多めにしました。

麦・卵・乳



11/5
(火)

2-4 河野 優愛さん

- ・麦ごはん
- ・ヤンニョムチキン
- ・サバの塩焼き
- ・春雨炒め
- ・ほうれん草ソテー
- ・チーズサラダ
- ・フルーツポンチ

チーズサラダは2群をとるためチーズを使い、色どりや栄養バランスを考えたメニューです。

麦・卵・乳



11/15
(金)

2-1 松山 愛梨さん

- ・ゆかりわかめごはん
- ・肉じゃが
- ・あじの塩焼き
- ・ちくわと小松菜のおかか炒め
- ・ほうれん草おひたし
- ・みかん缶

中学生に不足しがちな2群、3群を多くとるメニューを取り入れました。また、集中力を高める「あじの塩焼き」を入れました。

なし



11/18
(月)

2-6 末永 いずみさん

- ・ごはん
- ・ピーマン肉詰めフライ
(1食ソース付)
- ・れんこんと鶏肉のソテー
- ・野菜炒め
- ・海藻サラダ
- ・ごま団子

海藻サラダで中学生に必要なカルシウム等をとることができ、秋が旬のれんこんを使い、季節感をだしました。

麦・エビ・カニ



11/19
(火)

2-5 船越 可鈴さん

- ・麦わかめごはん
- ・すき焼き
- ・とり竜田揚げ
- ・鮭ときこのこのパスタ
- ・ほうれん草のごまみそ和え
- ・さつまいもの甘煮

全ての食品群を使い、秋が旬の食材を使っています。たんぱく質をしっかりと、わかめごはんて無機質もとれます。

麦・卵



11/25
(月)

2-2 古賀 那月さん

- ・21穀米
- ・ポークチャップ
- ・さばみりん焼き
- ・野菜のみそ煮
- ・ロールキャベツ
- ・わかめのレモン酢和え
- ・小松菜のごま和え

副菜に小松菜を入れることで、中学生に不足しがちなカルシウムをおいしく食べることができます。

麦・卵・乳・カニ



11/26
(火)

2-3 門脇 凜乃さん

- ・ごはん (さけふりかけ)
- ・鶏肉の甘煮
- ・豚肉とピーマンのみそ炒め
- ・ちくわ磯辺揚げ
- ・昆布サラダ
- ・いちごもっちーな

みんなが好きそうなものを入れました。ピーマンは、みそで炒めるのできらいな人でも食べられると思います。

麦・卵・乳

