

食育通信 6号

平成29年3月1日

今年度もあと少しになりました。新しい年度に向けて今年の食生活を振り返ってみましょう。みんなと一緒に食べる給食です。他の人に嫌な思いをさせないで良いマナーができましたか。食事に関わるすべての人・物に感謝して食べる事ができましたか。

食生活アンケート（2月21日～27日）を行いました。結果をお知らせします。

①朝食摂取について

	毎日食べる	4～5日食	2～3日食	ほとんど食べない	合計
1年	105	16	2	6	129
2年	114	16	3	0	133
3年	116	15	5	7	143
合計	335	47	10	13	405
%	83	11	2	3	

6月の調査時は朝の欠食は5人だったのですが、2月では13人に増えていました。1年生と3年生が増えました。大切な成長期です。しっかりと食べましょう。

②朝食の内容について

	主食のみ	主食+汁物	主食+汁物+おかず	ケーキ+おがメイト	合計
1年	46	35	32	8	124
2年	44	32	40	14	130
3年	38	51	38	12	141
合計	128	118	110	34	395
%	32	30	28	9	1

主食だけでなく汁物とおかずを食べましょう。ワンプレートとか丼で朝の時間を短縮できます。

③給食について

	ほとんど食	時々残す	残すことが多い	合計
1年	77	45	6	128
2年	100	24	7	131
3年	100	32	12	144
合計	277	101	25	403
%	69	25	6	

給食を残すことが多い生徒が25人います。体の事を考えて好き嫌いを直しましょう。

④	(好きな給食)	人数	(嫌いな給食)	人数			
順位1	カレー	74	順位1	納豆サラダ	62		
2	揚げパン	57	2	サラダ	13		
3	パン	24	3	チーズ	13		
4	カミカミサラダ	19	4	なすの肉味噌	11		
5	そばろごはん	17	5	ピーマン	9		
6	とり野菜	11	6	酢物	7		
7	とりのから揚げ	11	7	豆	7		
8	麻婆豆腐	9	8	野菜	7		
9	うどん	7	9	飛鳥汁	6		
10	フルーツ	7	10	パン	6		
11	ワカメごはん	5	11	黒豆	6		
12	ごはん	4	12	ごはん	5		
13	ヨーグルト和	4	13	魚	6		
14	スパゲティ	4	14	しらす和え	4		
その他 2人から1人	肉じゃが	コロッケ	ごまトースト	15	チャプチェ	4	
	飛鳥汁	チキンカツ	なすの肉味噌	16	カミカミサラダ	3	
	きんぴら	菜めし	オムライス	その他	五目豆	麻婆豆腐	トック
	シチュー	ビーフライス	含め煮	ほうば飯	豚丼	うめぼし	
	とりとナッツ	豆	ポテト和え	ソボロごはん	シイタケ	コロッケ	
	ポーキビー	ビーフライス	いりどり	ヨーグルト	ワカメごはん	しいたけ	
	焼きビーフ	白玉汁	八宝菜	ユズ和え	ポテトサラダ	ビビンバ	
	大学芋	かぼちゃココ	他12品	とり野菜	野菜ソテー	他43品	

*とても好みが多様化しています。好きな方にも嫌いな方にも同じ献立名があがります。

*輪島中学校らしい献立名が出てきます。ほうば飯、糠サバパスタ、こんかいわし、黒豆、いしる、つけもの、小豆ごはんなどです。

*地域の食文化を知ってもらうために、出しています。