

独自献立



本郷小学校の食育の取組をお知らせします

ほんごー 本 GO もちかみマーボー〜^{げんき}元気100倍^{ばい}〜

を紹介します

「本 GO もちかみマーボー〜元気 100 倍〜」は、料理番組で紹介のあった献立をヒントに、本郷小学校の調理員さんの提案してくれた料理です。

当時の6年生（現在は中学3年生）が、「新メニューだったら自分たちでメニュー名を考えたい!」と【新メニュー名実行委員会】を立ち上げ、練りに練ってメニュー名が決定しました。

野菜はみじん
切りします



作業が大変な
エリンギ



給食の麻婆豆腐に使用する「木綿豆腐」の代わりに、でんぷんの衣をつけて揚げた「凍り豆腐」で作ります。もちもちしてかみごたえがあります。よくかんで食べることは、からだによいことがたくさんあります。そこから、食べたらず元気になる「元気 100 倍になる!」という思いが込められています。

調味料の分量は、基準献立の麻婆豆腐をもとに、毎回、みそ、でんぷん、水を増やして調整しています。

凍り豆腐は戻し
てからぎゅっと
絞ります



でんぷんをまぶ
してカリッと
揚げます



揚げて
もちもち





ほんごー

げんき

ばい

本GOもちかみマーボー～元気100倍～

いただきます



今日のばくばくだより

今日の調理指示書

今日の感想

ばくばくだより

きょうは、本郷小5年生が、
今日は、独立
きょうは、本郷小5年生が、
今日は、独立
きょうは、本郷小5年生が、
今日は、独立

きょうの献立

主菜	本GOもちかみマーボー
副菜	中華あえ
デザート	牛乳

本GOもちかみマーボー～元気100倍～

きょうは、本郷小5年生が、
今日は、独立
きょうは、本郷小5年生が、
今日は、独立

本GOもちかみマーボー～元気100倍～

きょうは、本郷小5年生が、
今日は、独立
きょうは、本郷小5年生が、
今日は、独立

献立	材料名	単位	数量	単位	数量	単位	数量	単位	数量
主菜	本GOもちかみマーボー	1人1杯	100g	1人1杯	100g	1人1杯	100g	1人1杯	100g
副菜	中華あえ	1人1杯	100g	1人1杯	100g	1人1杯	100g	1人1杯	100g
デザート	牛乳	1人1杯	100g	1人1杯	100g	1人1杯	100g	1人1杯	100g

・もちもちしているやつにお肉がからんでいておいしかった。あいしょうがよかった。(2年)

・食感がおもしろかった。凍り豆腐は苦手なだけで、今日は野菜と肉につつまれていてとてもおいしかった。(3年)

・凍り豆腐の弾力がちょうどよくておいしかった。毎日食べたい。(5年)

・香りがよかった。今まで食べたマーボーどうふの中でいちばんおいしかった。(6年)

子どもたちの大好きなメニューで、給食時間は毎回、争奪戦が繰り広げられ、盛り上がります。

宇多先生より