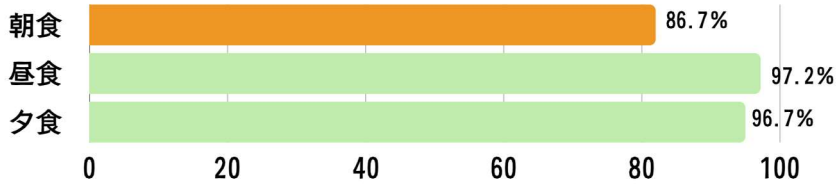
進美寮食堂新聞

アンケートから始まった！ ★朝食応援プロジェクト★

アンケートの結果を参考に、毎日の朝食がもっと楽しみになるよう、2学期から『朝食応援プロジェクト』をスタートしました

～1学期 食堂アンケートより～

食堂で提供している食事の満足度を、とても満足、満足、やや不満、不満の4項目で評価したうち、満足以上の結果を集計しまとめました。



アンケートの結果より、3食の中で朝食の満足度が最も低い結果に

～～朝ごはんにひと工夫～～

「朝からしっかり栄養補給」

焼き魚や鶏肉の照り焼き、大豆製品、卵料理などを取り入れて、朝からしっかりたんぱく質を補給！　午前中の活動や１時間目からの集中力を食事でサポートします。



栄養士
應供 順子

非常食を食べてみよう！

● 9/1 防災の日 ● 10/15 進美寮防災避難訓練

「もしもの時の食事、考えていますか？」



非常食を食べることは、災害時の食事を知り、備えの大切さを学ぶ機会です。いざという時に落ち着いて行動できるよう、食の面からも防災について考えてほしいと思っています。寮の食事の中でも、実際に非常食を食べる機会を設けています



※寮では、1人1日分の非常食を備えています。







秋の味覚

くりごはん



さつまいもごはん



寮の食事にも秋の訪れを

寮で生活する生徒たちに、毎日の食事を通して季節を感じてもらえるよう、旬の食材を取り入れた献立を工夫しています
驚いたことに、生徒たちからも自然と秋の食材を使ったメニューのリクエストが届きます。食事を通して季節を感じ、楽しみにしてくれている事が、とても嬉しいです♪



鮭の塩焼き

新米入荷

食堂では但馬のおいしいお米を使っています。
十月の初めには新米になりました。炊きたての新米はつやつやぴかぴかでとってもきれい。新米はやっぱりおいしいねと、うれしい感想も聞かれる季節になりました

『お誕生日ケーキの日』

今年度、四月から始めた『お誕生日ケーキの日』ケーキや、ドーナツ、暑い夏には、アイスクリーム！みんなのニコニコの笑顔と、友達同士でお祝いする様子「今月はいつ？なんのデザート？」と、みなさんの月に一度のお楽しみの日になってるようで嬉しいです♪





10種類の中から
お好きなものをどうぞ







教えて★食堂レシピ

「おうちでも作ってみたい！」
そんな生徒の声にお応えし、人気メニューのレシピを紹介します



こちらのQRコードより
レシピをご覧いただけます





リクエストコーナー

食堂には、大きなホワイトボードがあります。いつの間にか、生徒たちのリクエストコーナーになっています。
「栗ごはんどうですか」
「レシピ教えてほしい」
など皆さんの声が聞けて栄養士も調理員もいつも楽しみにしています。

こちらのQRコードより
食堂の様子をご覧いただけます

食欲の秋！寮生のおいしい顔♡集めました

この日は、食堂の新メニュー「セルフバーガー」の日でした。4時間目が終わると、楽しみにしていた生徒たちが食堂に集まってきました。

セルフバーガー









大きなバンズに、お好みの具材をはさんでオリジナルバーガーの完成







食欲の秋がやってきました！食べることが大好きな生徒たち。人気のメニューを前に、みんなの笑顔もおいしさも全開です！今回は寮生たちの「おいしい顔」と人気メニューを紹介します。たくさん食べて、元気いっぱい！食堂で見つけた おいしい笑顔をどうぞ♪♪



ピザトースト



麻婆豆腐



ビビンパ



ガパオライス



オムライス



人気メニューの日は いつも以上に 食堂がにぎやかになります

～ カレーライスやラーメンなどの定番メニューから、ちょっとおしゃれなガパオライスまで ～



ヤンニョムチキン



揚げパン



ラーメン



パスタ



カレーライス