

3月の給食だより

きゅうしょくしどうもくひょう

1年間のきゅうしょく
をふりかえろう



宜野湾給食センター

卒業や進級のシーズンを迎え、子どもたちの成長が一番輝いて見える季節を迎えようとしています。日本の暦では、伝統的な年中行事を行う季節の節目となる「節句」があります。3月は「桃の節句」があり、女の子の健やかな成長を祝って見守ります。竹のようにすくすくと育つ子どもたちの大切な節目をしっかり受け止め、新しいステージへと踏み出す子どもたちにエールを送ってあげましょう。

1年間の給食をふり返りましょう

①手あらいをわすれずに、
できましたか？



②給食のじゅんぴをきょう
かしてできましたか？



③すきらいなく食べ
ましたか？



④よいしせいで食べまし
たか？



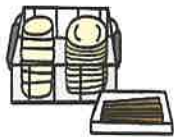
⑤友だちとたのしく会食で
きましたか？



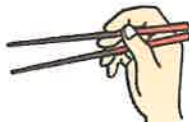
⑥「いただきます」「ごち
そうさま」のあいさつを
しましたか？



⑦後かたづけがちゃんと
できましたか？



⑧はしを正しく、つか
えましたか？



⑨食べものやおきなわの
料理について知ること
ができたか？



★①～⑨まで、いくつできたかな？



コレダメカー

休日の昼食
〇〇だけ??

学校が休みになると、生活リズムがくずれたり、食事がおろそかになってしまいがちです。特に夏休みなどの長期休暇は、そうめんやおにぎりなど主食ばかりの料理に偏りがちです。肉・魚介・卵などの主菜になるものや、野菜・果物などを追加するようにしましょう。



めんだけ



菓子パンだけ



おにぎりだけ

1年間の給食はどうでしたか？
毎日の食事と体の健康には深い関わりがあります。中学3年生の皆さんは、時々給食を思い出して、食べることを大切にしてくださいね！応援しています。進級する皆さんは、新しい学年の準備をしましょう。



～あなたのからだは
食べたものでつくられます～



こんげつ しばさんぶつ
今月の地場産物

きゅうり、パパイヤ、にんじん



こんげつ ぎょうじしょく
今月の行事食

3日	ひなまつり献立	3月3日は女の子の成長や幸せを願う桃の節句です。ちらしずしやひなあられと春の訪れを感じる給食となっています。
6日	高校受験 応援献立	高校受験を控えた中学校3年生に、希望校「合格」を願って、「受験にカツ！カレー」を献立に取り入れました。全員成果を十分に発揮できるよう給食センターからも応援しています(^^)／
13日	小6お楽しみ献立	6年生にとっては、小学校最後の給食。小学6年生のみメニューが2品多くなっています。お楽しみに！卒業おめでとう★