



きゅうしょくどうもくひょう  
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と受け止め、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年間の給食を振り返りましょう

①手あらいをわすれずに、 できましたか？ 	②給食のじゅんびをきょう 力してできましたか？ 	③すききらいなく食べ 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感謝の気持ちをこめて 「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？



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  
あなたが食べたものでつくられます～

1年間  
ありがとうございました。

こんげつ じばさんぶつ  
**今月の地場産物**

牛乳、ぶたにく、とりにく、アーサ、  
卵、こまつな、  
からしな、キャベツ、  
とうがん、もやし、  
しめじ、えのき、にんじん、  
にら、きゅうり、ピーマン

## 春休みも朝ごはんを必ず食べましょう

朝ごはんを食べることはなぜ大切なのでしょう？

- 1日を元気にスタートできる
- 集中力がアップする
- うんちが出やすくなる
- 生活リズムが整う

体温が上がり、体が目覚めます。  
脳にエネルギーが行きわたり、やる気も出てきます。  
腸が刺激され、はたらきがよくなります。  
決まった時間の食事が生活に  
よいリズムを作ります。

## 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。ちらしずしやはまぐりのお吸い物、ひなあられと春の訪れを感じる給食となっています。
7日	中3お楽しみ献立	今日は受験お疲れさまでした&卒業おめでとうということで、中学3年生は特別メニューになっています。中学3年生は今日で最後の給食になります。9年間食べ続けた給食の味を噛みしめ、給食時間の思い出を振り返りながら味わって食べてほしいと思います。
10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★

