



3月 給食だより

令和6年度
小林学校給食センター

この1年間、たよりでいろいろなことをお伝えしてきました。みなさんもさまざまことを学んできたことだと思います。1年間をふりかえって、今までに学んだことをこれから的生活に活かしていってください。



1年間の総まとめ 食生活をふりかえろう

1年間の食生活をふりかえって、できたことに○をつけてみましょう。できたことはこれからも続け、できなかったことは「なぜできなかったのか」を考え、改善していきます。

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> 朝食を毎日とった | <input type="checkbox"/> 栄養バランスの良い食事を心がけた |
| <input type="checkbox"/> 規則正しい時間に食事をした | <input type="checkbox"/> 食事のマナーを守ることができた |
| <input type="checkbox"/> 塩分・脂質・糖分のとりすぎに気をつけた | <input type="checkbox"/> 地域の食材や食文化について理解した |
| <input type="checkbox"/> 間食は時間や量を決めて食べた | <input type="checkbox"/> よくかんで食事をした |
| <input type="checkbox"/> 苦手な食べ物を食べた | <input type="checkbox"/> 感謝の気持ちを込めて食事の挨拶をした |

2/7(金)にサンキョーミート様より豚肉をご提供いただきました！

2月7日(金)に、サンキョーミート様から提供していただきました。その豚肉を使用した「豚汁」を給食で出しました。小林学校給食センター分で34kgの豚肉をいただきました。お昼の放送では、サンキョーミート様からのメッセージもありました。柔らかくてとてもおいしい豚肉をありがとうございました！



春を告げる食品

わかめ



わかめは、乾燥品や塩蔵品があるので、1年中食べることができますが、旬は春です。早春から生のわかめが多く出回ります。給食では、わかめごはんや、わかめのみそ汁など、わかめを使った献立を出しています。ご家庭でも生わかめのおいしさを味わってみませんか。

持続可能な社会の実現に向けて エコな生活をしよう

買い物袋を持参したり、調理の際に食材を無駄なく使うように工夫したりすると、ごみを減らすことができます。また、食器や調理器具の油汚れを古布などでふき取ってから洗うと、水や洗剤の量を少なくできます。環境のことを考えて買い物、調理、後片づけをすることが、持続可能な社会の実現のために大切です。



ひな祭りの行事食は、ひしもちや草もち、はまぐりのお吸い物などがあります。ひしもちは、赤（桃色）、白、緑のもちを重ねたものです。草もちには、よもぎが使われていて邪気をはらうと信じられてきました。はまぐりのお吸い物は、磯遊びをする風習があったことや、はまぐりが対になっている貝としかぴったりと合わないところから、夫婦円満の意味が込められています。

ご卒業おめでとうございます



3年生のみなさん、もうすぐ卒業ですね。みなさんは、これまでの学校生活でたくさんのこと学んできました。今後、自分自身で食べるものを選んだりつくったりする機会が増えてきます。食べることを大切にし、元気に充実した毎日を送ってください。

<食育クイズ！>
QRコードを読み取って、
食育クイズに挑戦して
みましょう。



給食に関するご感想等を
お聞かせください。
QRコードから、ご回答
ください。

