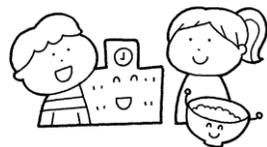




給食だより

令和5年度
小林学校給食センター

この1年間、給食だ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なことを学んできたことと思います。1年間でふりかえって、今までに学んだことをこれからの生活に生かしていきましょう。



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」を考えて、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・糖質のとりすぎに気を付けた | <input type="checkbox"/> 地域のしょくざい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 |

次の目標

自分の食生活をふりかえり、これからの食に関する目標を立ててみましょう。

例／休日に家族の食事をつくる など

サンキョーミートの豚肉が出たよ！



2月6日（火）の献立に地元の企業サンキョーミートさんから提供していただいた豚肉が出ました。いつもより豚肉の量が多い『豚肉のしょうが炒め』となり、とても食べ応えがあり豪華なメニューになりました。給食の献立には、地産地消の食材を積極的に使用しています。3月には、地元の業者さんから牛肉を提供していただく予定です。感謝の気持ちを忘れずに、食べましょう。



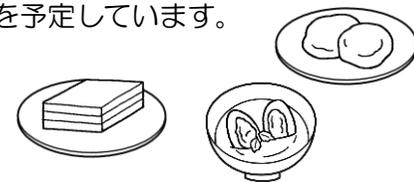
ひな祭りの行事食



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びったりと合わないことから、夫婦円満の意味が込められています。

給食では、3月1日（金）にひなまつり献立を予定しています。

- ・たけのご飯
- ・すまし汁
- ・豚肉のみそ炒め です。お楽しみに☺



今年度は、7月～3月にリクエスト献立を実施しました。
リクエストが多かったものを配膳表に書いています。是非、ご覧ください。

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を学んできました。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、元気に充実した毎日を送ってください。