

# 食育だより3月号

美郷南学園

ねん かん  
1年間ありがとうございました!

まだ寒さの残る日はあるものの、吹く風に春の到来を感じる季節となりました。この1年で、どの子ども心身ともに大きく成長し、一段とたくましくなった様子が見えがえます。日々の給食や食育を通して、そのサポートができていたらうれしいです。今月は、卒業や進級を控えた皆さんへ、応援やお祝いの気持ちを込めた給食を提供しますので、楽しみにしてください。



あなたの食生活はどうですか?

## 振り返りチェックシート

日ごろの食生活を振り返り、よくできたと思うものに○を付けましょう。

朝ごはんを毎日食べている

食事の前に手を洗っている

よく噛んで食べている

苦手な食べ物も食べている

おやつは時間を決めている

おはしを上手に使える

食べたらずを磨いている

お手伝いをしている

食事を楽しんでいる

ご卒業おめでとうございませう



食べるというのは、動物や植物など、いろいろな命を頂くことです。その命を繋いで私たちは生きることができます。また、多くの人の支えがあって食べることができています。これからも感謝の気持ちを忘れずに食べることを大切にしてください。

3月10日『美郷の日』献立【美郷産の食材】☆牛乳 ☆麦ごはん

☆みさトンカツ・・・【みさと豚】 ☆千切り大根のみそ汁・・・千切り大根

