

令和4年

きゅうしょく 3月 給食だより

青海町共同調理場



こんげつ いちねんかん ふ かえ 今月のテーマ...一年間の振り返りをしよう 一年間をふりかえる

Main menu table with columns for days of the week (曜日) and months (月). It lists daily menu items like 'チョコクリーム', 'ポテトサラダ', 'ごま和え', etc., along with nutritional information and special notes.

保護者のみなさまへ
~給食着が小さすぎる人はいませんか?~
児童が給食当番の際に着用する給食着については、衛生面や怪我などを防ぐために体格に合ったものを着用するようお願いします。

旬(しゅん)のお魚をいただきます!
今月のお魚はにしんです。別名春告魚と呼ばれる魚で、北海道沿岸で水揚げされます。近年では地球温暖化や乱獲の影響で漁獲量が減っている魚です。

6年生が、給食をフロテュース!
6年生が家庭科の授業で献立を考えました。栄養のバランスや食材の旬にこだわった3つの献立が給食に登場します。

11日 大湊さんよりひとこと
ポイントは旬の食材を4種類も使ったところ。食材のバランスを見て考えました。

15日 泉田さんよりひとこと
自分が好きなメニューをバランスよく考えました。旬の食材を使ったので食べて下さい。

16日 田邊さんよりひとこと
ポイントは旬の食材です。3月に旬をむかえる野菜や海産物などをたくさん使いました。

\*都合により献立内容が変更になることもあります。ご了承ください。



# 1年間を振り返ろう

いま かくねん す さいご つき  
 この学年で過ごす最後の月となりました。  
 この1年間を振り返ってみて、給食時間の過ごし方  
 や毎日の食事の仕方など、どうだったでしょうか。  
 下の表で、できるようになったこと、よくできた  
 ことを確認しましょう。

□にチェックを入れてね!

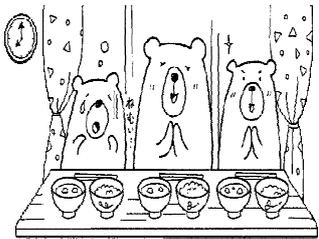


<input type="checkbox"/> <b>好き嫌いなく何でも 食べることができた。</b> 	<input type="checkbox"/> <b>マナーを守って食事を することができた。</b> 	<input type="checkbox"/> <b>食べ物に興味を持つ ことができた。</b> 
<input type="checkbox"/> <b>食事の準備や後片付け に協力することができた。</b> 	<input type="checkbox"/> <b>よくかんで味わって 食べることができた。</b> 	<input type="checkbox"/> <b>食べ物の命や、食べ物を 作ってくれた人に感謝の 気持ちを持つことができた。</b> 
<input type="checkbox"/> <b>自分で選んで食べると きは、栄養のバランスを 考えることができた。</b> 	<input type="checkbox"/> <b>間食(おやつなど)は、時 間と量を決めて食べるこ とができた。(食べ過ぎ なかった。)</b> 	<input type="checkbox"/> <b>朝ごはんは休みの日も 欠かさず食べた。</b> 

できなかったところは、新年度にできるように取り組みましょう。



## ★ 春休みも毎日朝食を食べましょう ☆



朝食は脳や体を目覚めさせ、エネルギーを補給する  
 上でとても大切です。春休みの間も朝寝坊しないで早  
 起きして、毎日必ず朝食をとるようにしましょう。