3月給食だより

～１年間を振り返りましょう～

今年度も残すところ、あとひと月となりました。残りの日々を大切に、お友達や先生方と楽しい給食時間を過ごしてほしいと思います。さて、３月は卒業や進級に向けて１年のまとめをする時期です。この１年間の食生活を振り返ってみましょう。

給食当番の仕事はしっかりできましたか？

マナーを守って食事ができましたか？

感謝の気持ちを持って食事ができましたか？

苦手な食べ物にも挑戦できましたか？

食材や旬について知ることができましたか？

休みの日も栄養バランスを大切に！

体は毎日成長しており、食べることは成長のために欠かせないことです。毎日元気に過ごせるのも、食べ物から栄養を取り入れているからです。

春休みのような長い休みの間も、学校がある日と同じように、栄養バランスの良い食事をすることが大切です。しっかり食べて、新しい生活を元気に迎えられるようにしましょう。

卒業お祝い給食

3月８日(金)の給食は、小学校6年生と中学校3年生の卒業を祝して、お赤飯を炊く予定です。

お赤飯はお祝いの日（ハレの日）によく食べられる料理で、北海道ではあずきの代わりに甘納豆が入った甘いお赤飯がよく食べられています。

中学校３年生は最後の給食です。残さず食べてくださいね。

食べ物クイズ

ひなまつりは別名「○○の節句」とも言われます。
○○に入る花の名前はどれ？

① もも
② ばら
③ ゆり

たんぽぽの仲間はどれでしょう？

① レタス
② キャベツ
③ みずな