

3月 給食だより



令和4年3月

かほく市第2学校給食センター

所長：竹本 武

栄養士：坂井 雅代 堀 いづみ

3学期も残りわずかとなりました。この1年間の食生活はどうでしたか？給食を通して学んだことなど食生活をふり返るとともに、自分自身の健康についても考えてみましょう。

また、寒暖差が激しく、体調を崩しやすいなか、コロナの感染拡大も心配されます。手洗いや栄養バランスのとれた食事、十分な休養をとり、ウイルスに負けない体作りをしていきましょう。

1年間の給食を振り返りましょう!

「新しい生活様式」バージョン



この1年間の給食時間を振り返り、よくできたことに○を、時々できたことに△を、できなかったことに×をつけましょう。□は、自由に書きましょう。

<p>給食の前に しっかりと 手を洗えた。</p>	<p>手を洗うときや、給食を配膳するときなど、前の人と間をあけて並べた。</p>	<p>給食当番のときに、身じたくをきちんとできた。</p>
<p>食べる時以外、マスクをしていた。</p>	<p>「いただきます」「ごちそうさまでした」のあいさつがきちんとできた。</p>	<p>前を向いて、静かに食べられた。</p>
<p>よくかんで味わって食べることができた。</p>	<p>自分に必要な量を意識して、なるべく残さず食べられた。</p>	<p>給食を通して、 が学べた。</p>

給食センターでは、食品や調理過程の安全に細心の注意を払い、おいしい給食を毎日提供できるように努めてきました。「今日もおいしかったです」「ごちそうさまでした」の声や、教室から空になって返ってくる食缶を見る喜びがスタッフの大きな励みになっています。今年度も給食を通してたくさんのうれしい笑顔を見ることができました。ありがとうございました。

