

野々市市小学校給食センター

寒い日が続きますが、日に日に春らしさを感じる陽気になってきました。早いもので、今の学年で過ごす日も残りわずかです。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はいかがでしたか。よかったところは継続し、足りなかったことは気を付けながら学年最後の給食を楽しく、味わって食べましょう。

1年間の食生活をふりかえろう！



自分ができたことに○（できた）△（時々できた）×（できなかった）の印をつけてみましょう。

①毎日朝ごはんを食べた	②給食を残さなかった	③間食は時間を決めて適量だけ食べた	④三つのグループの食品をバランスよく食べた	⑤食べられることに感謝できた
○ △ ×	○ △ ×	○ △ ×	○ △ ×	○ △ ×
⑥よくかんで食べるように心がけた	⑦夏、元気にすごせた	⑧和食のよさを知った	⑨苦手なものでもがんばって食べた	⑩みんなで仲良く食べた
○ △ ×	○ △ ×	○ △ ×	○ △ ×	○ △ ×

お子さんと一緒にこの一年を振り返りましょう。○がついた項目はほめて、×がついた項目は、どうしたらできるようになるか、一緒に考えてみましょう。来年度は、全部に○がつくといいですね♪

給食は、成長期の子どもたちにとって必要な栄養素がそろった理想なお昼ご飯です。おうちでも、いろいろな食べものや料理に挑戦して、好き嫌いをなく食べられるようにがんばりましょう。そのことが、バランスのよい食生活に、そして健康な体作りにつながっていきますよ。

給食センターでは、安心安全を基本に、日々子どもたちが喜んで食べてくれる給食を目指して努力しています。来年度も給食センター一同、がんばっていきますので、ご理解、ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

一年間
ありがとうございました

