

# 3月 給食だより

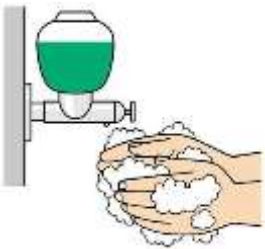











令和5年3月

今年度も残すところ1か月となりました。1年間、給食を食べて元気に学校生活を送ることはできましたか。4月からの新生活がスタートする前に、給食を通して学んだことをふりかえってみましょう。

## 1年間の給食をふりかえろう

できていたことに○を付けましょう。

<input type="checkbox"/> 食事の前に、しっかりと手洗いができた。 	<input type="checkbox"/> 給食当番の時、きちんと身じたくをした。 	<input type="checkbox"/> 食前・食後のあいさつができた。 	<input type="checkbox"/> 良い姿勢で食べることができた。 	<input type="checkbox"/> 正しいはしりの方で食べることができた。 
<input type="checkbox"/> よくかんで食べることができた。 	<input type="checkbox"/> 好き嫌いをしないで残さず食べることができた。 	<input type="checkbox"/> 感謝の気持ちをもって食べることができた。 	<input type="checkbox"/> 給食は栄養バランスのとれた食事であることがわかった。 	<input type="checkbox"/> 地域の食材や行事食を知ることができた。 

いくつできていましたか？○が付いたところは、続けていきましょう。できなかったところは、新しい学年ではできるようにしましょう。

## 休みの日も栄養バランスを大切に

体は毎日成長しています。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。

休みの日でも学校がある日と同じように、栄養バランスのよい食事をするのが大切です。しっかり食べて、健康な体をつくりましょう！

