

もいもい



しょうくいく
～食育だより～

がつごう かいどうしょうがっこう 2023
3月号 海道小学校

ほごしゃ かた よ
保護者の方と読んでくださいね

まいつき にち
毎月19日は
しょうくいく ひ
食育の日!!

今年度も残すところ、わずかになりました。今年度の給食は、いかがでしたか？食事のマナーは、きちんとできましたか？自分の食生活を振り返り、食育だよりの最後にある表のチェックをしてみましょう。春休み中は、食生活の習慣を崩さないように過ごしましょう。

<2月14日(火)>

バレンタインの日献立>

2月14日(火)は、バレンタインの日献立を実施しました。かわいい「ハートマカロニのクリーム煮」や「チョコクレープ」が出ました。おいしかったです。



<2月22日(水) 創立記念日お祝い献立>

2月22日(水)は、海道小学校38周年創立記念日お祝い献立を実施しました。「ビーフステーキ」「お祝いケーキ」など、リッチな給食で、みんなで学校の38歳のお祝いをしました。



ひなまつり

3月3日は、ひな祭りです。「桃の節句」とも言います。ひな祭りとは、女の子の健康と幸せを願う行事です。給食では、3月3日(金)のひなまつりの日献立に、「ちらし寿司」や「さくらもち」ができました。



<3月7日(火)>

4年1組にて栄養についての授業>

3月7日(火)に学校栄養士による『体に必要な栄養素について考えよう』の授業を実施しました。五大栄養素や栄養バランスのよい食事の大切さなどを学びました。3月8日(水)の給食の献立を栄養素ごとに分け、楽しく勉強しました。



＜6年1組作成献立＞ 2月～3月にかけて、6年1組作成献立を実施しました。

＜2月7日（火）3班作成献立＞

食品の種類や調理の仕方を考え、栄養バランスのとれた献立にしました。パンとさけのホイル焼きを中心としてメニューを組み合わせました。



＜2月16日（木）4班作成献立＞

食べたいメニューと、普段あまり出ないメニューとを組み合わせ、献立を作成しました。カロリーを考えて油を使わない豚しゃぶをとりいれました。



＜2月20日（月）2班作成献立＞

今まででたことがない、たらこスパゲッティーをメニューに入れ、栄養バランスのよい献立にしました。サクサクのアップルパイをつけました。



＜2月21日（火）6班作成献立＞

みんなの嫌いな食べ物が少ないメニューを取り入れ、喜んでもらえる献立を作成しました。栄養のことを考えてバランスのよい献立にしました。



＜3月2日（木）5班作成献立＞

みんなが好きなわかめごはん。からあげ、ガリガリ君を組み合わせました。からあげは、見た目も楽しくジャンボサイズに。栄養バランスと色どりも考えてつくりました。



＜3月7日（火）1班作成献立＞

給食を食べておいしい！また食べたい！と思ったメニューを取り入れ、栄養バランスに気を付けて、献立を作成しました。珍しいイチゴソースをつけました。



6年生が作成した献立はいかがでしたか？各班、栄養バランスや、色どり、調理法などを考え、みんなに喜んでもらえるよう献立を作成しました。素敵な献立が登場し、毎回おいしくいただきました。6年生のみなさん、ありがとうございました。

そつ ぎょう 卒業おめでとう

6年生のみなさん、もうすぐ卒業ですね。栄養バランスのよい食事をとることは健康につながり、勉強や運動に打ち込めます。1日3食しっかり食べて、中学校で色々な経験をしてください。応援しています。小学校最後の給食は、卒業をお祝いして3月15日（水）に『卒業おめでとう献立』がでます。お楽しみに！

6年生 給食の様子



ふりかえってみよう！

あさ 朝ごはんをしっかりと食べましたか？ ☐ できた ☐ だいたいできた ☐ できなかった 	おやつ^たの食^きべすぎに気をつけましたか？ ☐ できた ☐ だいたいできた ☐ できなかった 
ただ^て 正しい手^てあらいができましたか？ ☐ できた ☐ だいたいできた ☐ できなかった 	好き^すきらい^たせずに食^たべましたか？ ☐ できた ☐ だいたいできた ☐ できなかった 
しよくじ 食^し事のあい^じさつができましたか？ ☐ できた ☐ だいたいできた ☐ できなかった いただきます 	ただ^し正しい^{せい}姿勢^{たい}で食^たべましたか？ ☐ できた ☐ だいたいできた ☐ できなかった 
ただ^も 正^もしくおはしは持^もてましたか？ ☐ できた ☐ だいたいできた ☐ できなかった 	よく^たかんで食^たべましたか？ ☐ できた ☐ だいたいできた ☐ できなかった 

チェックをして振り返り、春休み中に練習をしましょう！

給食施設空調設備工事に伴う、お弁当持参のお願い

令和5年4月の給食施設空調設備工事に伴い、4月は全日給食提供がありません。お手数をおかけいたしますが、お弁当の持参をお願いいたします。

＜お弁当持参の際の注意点＞

牛乳もでませんので、水筒（水またはお茶）の持参をお願いします。生もの・要冷蔵のものは、入れないでください。果物以外のデザートは禁止です。（お弁当の日と同じ内容の注意点です。）