



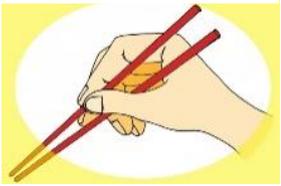
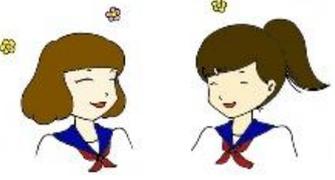
# 食育だより

2025年 3月

河内中学校

## 1年間の給食を振り返ってみましょう

決まりを守って、給食の時間を過ごすことができましたか。  
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。来年度は、全部が○になるように意識しましょう。

<p>1 おはしを正しく使って使うことができましたか？</p> 	<p>2 ランチョンマットを敷いて、食器を正しく並べることができましたか？</p> 	<p>3 感謝の気持ちを込めて「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつができましたか？</p> 
<p>4 背中を曲げたり、ひじをついたり、足を組んだりせずに正しい姿勢で食べられましたか？</p> 	<p>5 食事中に立ち歩くことはありませんでしたか？</p> 	<p>6 食事中にふさわしい話題で会話ができましたか？</p> 
<p>7 会話を楽しみながら、適度な速さで食べることができましたか？</p> 	<p>8 作る人、片付ける人への感謝の気持ちをもってきれいに片づけられましたか？</p> 	<p>9 おかわりはルールに従ってできましたか？</p> 



好き嫌いをしないで、バランス良く食べることも食事のマナーのひとつです。  
できなかったところは、意識して取り組むようにしましょう。



スパゲティマトソース



トマト入り肉じゃが



初午給食



地産地消を心がけ、旬の食材や栃木県の郷土料理・行事食などを献立に取り入れてきました。毎日の給食をとおして、私たちが住む宇都宮や日本の食文化に親しむことができましたでしょうか。みなさんの「おいしかったです。」という言葉がとても励みになりました。1年間ありがとうございました。



梨を使ったフルコギ風炒め物



子どもの日給食



七夕給食



オール栃木給食



お話給食