食育だより

２０２２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

「新しい生活様式」に沿って、給食の時間を過ごすことができましたか。よくできたことに〇を、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、全部が〇になるように意識しましょう。

心と体の健康のためには、栄養バランスの良い食事と、規則正しい食生活が基本です。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。

5/14　春野菜ランチ

1/25　クレソンソース

2/10　しもつかれ

1/28　黄ぶなランチ

7/1　大いちょうランチ

6/16　河内中特製ごぼう汁

11/2
ビスキュイパン

11/19　船頭鍋ランチ

今年度は，旬の食材や栃木県の郷土料理・行事食などを取り入れたり，新メニューを考えたりと献立を工夫してきました。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。