



こめっこ

～ 学校給食だより ～



こめ太 こめ子
平成31年(2019年)3月号

日ごとに寒さが和らぎ、春がすぐそこまで来ていることを感じます。3月は一年間のまとめの月です。自分自身の食生活や、給食を通して学んだこと、できるようになったことなどを振り返り、新しい学年で挑戦してみたいことを考えてみましょう。



あなたの食生活は？！



食生活チェックシート



自分の食生活を振り返り、「はい」が「いいえ」に○を付けましょう。

3月3日 ひなまつり

3月3日は、『上巳の節句』と言います。また、この時季に桃の花が咲いたり、桃の木が邪気をはらうとされていたりすることから、『桃の節句』とも呼ばれています。子どもの健やかな成長を願ってひな人形を飾る、『ひな祭り』としても親しまれています。



ちらしずし



ひしもち



ハマグリ
の
潮汁

<p>朝ごはんを毎日食べていますか？</p> <p>はい ・ いいえ</p>	<p>食事の前に手をきれいに洗っていますか？</p> <p>はい ・ いいえ</p>	<p>「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしていますか？</p> <p>はい ・ いいえ</p>
<p>よくかんで食べていますか？</p> <p>はい ・ いいえ</p>	<p>○ 食事のマナーを守れていますか？</p> <p>はい ・ いいえ</p>	<p>正しいおはしの持ち方、食器の置き方を知っていますか？</p> <p>はい ・ いいえ</p>
<p>おやつは時間と量を決めて食べていますか？</p> <p>はい ・ いいえ</p>	<p>好き嫌いをなく何でも食べていますか？</p> <p>はい ・ いいえ</p>	<p>家族や友達と一緒に楽しく食べていますか？</p> <p>はい ・ いいえ</p>

学校給食では、3月4日にひな祭り献立を計画しています。おめでたい食材を使った『ひな寿司』や、『桃のデザート』でお祝いする予定です。お楽しみに！！

<p>「はい」が7～9個</p> <p>すばらしい！</p> <p>新しい学年でも、その調子で過ごせるといいですね。</p>	<p>「はい」が4～6個</p> <p>あと一歩！</p> <p>できなかったことを意識して、取り組んでみましょう。</p>	<p>「はい」が1～3個</p> <p>がんばって！</p> <p>まずはできそうなことから、がんばってみましょう。</p>	<p>「はい」が0個</p> <p>残念…</p> <p>自分にできることは何かを考えて、挑戦してみましょう。</p>
----------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------

お知らせ

ほっとライン給食



●給食の写真や人気メニューのレシピなど(一財)米子市学校給食会のHPでご覧いただけます。

