

3月 給食だより

あたたかな日差しに春の訪れを感じられるようになってまいりました。いよいよ、今年度も残りわずかです。この1年はみなさんにとってどんな1年だったでしょうか？3月は1年の集大成です。給食の時間はおいしく楽しく過ごすことができましたか？日ごろの食生活を振り返り、より健康的な食生活を意識しましょう♪



今月の給食目標
一年間の食生活を
振り返ろう！！



日ごろの食生活を振り返ろう！



食事の前に、手をきれいに洗っていますか？



朝ごはんを毎日欠かさず食べていますか？



よくかんで、味わって食べていますか？



おやつは決まった時間に、量を決めて食べていますか？



苦手な食べ物にも挑戦していますか？



毎日の食事を楽しんでいますか？

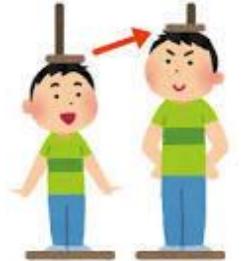


今月の地産地消

【奈良県産】
米・青ねぎ・こまつな
錦糸卵・ぶたにく・カットしめじ
こんにゃく(製造)

今まで食べてきたもので、自分の体はできている！！

早ね・早起き・朝ごはん
健康なからだを育もう♪



ひな祭り の行事食

ひな祭りは、女の子の成長と幸せを願う行事で、五節句（五節供）の一つ「上巳の節句」が起源です。季節の花にちなんで「桃の節句」ともいいます。桃の花やひな人形を飾り、さまざまな願いを込めた料理やお菓子を食べて厄を払います。



ちらしずし



ハマグリ潮汁



ひしもち



白酒



ひなあられ

桜井市では3月2日(木)にセル7ちらし寿司が登場します！！

酢めしにちらし寿司の具を自分で混ぜて食べましょう♪

卒業生の皆さんへ

卒業を迎える皆さん、ご卒業おめでとうございます。心も体も成長途中の皆さんにとって、「食事」はとても大切な時間です。

「食べることは生きること。」

毎日毎日、人はごはんを食べます。嬉しいことがあっても、悲しいことがあっても、おなかはすきます。生きていく中で、傷ついたり、悩んだり、悲しみに暮れること、きっと誰しもが経験するはずです。

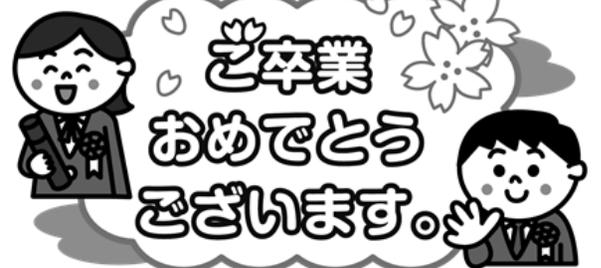
つらいことがあっても、朝になったら起きて、朝ごはんを食べる。おなかが減っているのは、何事も踏ん張れません。

おなかがいっぱいになると、体に元気がみなぎり、心が前を向く。

「いつもの味」や「おいしいもの」は、張り詰めていた気持ちにそっと寄り添ってくれるはず。

「おいしい」は、すぐそばにある幸せ。

食べることは、自分を癒し、明日への活力をくれる大切な時間です。どうか、この先も「おいしい」と感じる心を大切に、自分の道を歩いていってくださいね。



保護者の皆様へ

1年間、学校給食にご理解ご協力いただきましてありがとうございました。

今年度も、大きな事故なく無事に学校給食を提供することができました。

今年度は、子どもたちの考えた給食が登場したり、給食センターへの見学も復活して行うことができました。

今後も、子どもたちが、安心しておいしく楽しく学校生活を送っていけるように、日々精進していきますので、引き続きご協力をよろしくお願い致します。