

# 3月

# 給食だより



令和7年3月 塩沢学校給食センター

今年度も残り1ヶ月となりました。これまで食について、給食だよりを通して、様々なことをお伝えしてきました。これまでに学んだことを振り返って、今後の生活に生かして行ってほしいと思います。

## (ご家庭でお子さんと一緒にお読みください)

今年度を振り返って、みなさんの食生活はどうでしたか？下のチェックシートを使って、日頃の食生活を振り返ってみましょう。よくできたものには○をつけましょう。

朝ごはんを毎日欠かさず食べている

食事の前に手をきれいに洗っている

正しい姿勢で、よくかんで食べている

苦手な食べ物にも挑戦している

おやつは時間と量を決めて食べるようにしている

おはしを上手に使うことができる

食べたら歯を磨いている

おうちで食事のお手伝いをしている

家族や仲間と食事を楽しんでいる

○の数が、

7~9個



4~6個



1~3個



0個



今年度も、学校給食への、ご理解ご協力ありがとうございました。

塩沢学校給食センターでは、成長期にあるみなさんの健やかな成長のために、バランスのとれた給食献立、そしておいしい給食作りに努めてきました。さまざまな食材をさまざまな味付けで提供し、日本だけでなく世界の食文化も学ぶことができるよう外国の料理も取り入れるなど、工夫してきました。子どもたちからは「この野菜が食べられるようになった。」「魚が食べられるようになった。」「またこの給食を出してください。」などたくさんのうれしい声や成長した声を聞くことができました。来年度も、給食を通して食について学ぶことができるよう、給食作りに努めていきます。