



1年間ありがとうございました!

まだ寒さの残る日はあるものの、吹く風に春の到来を感じる季節となりました。この1年で、お子さんは心身ともに大きく成長し、たくましくなったと思います。日々の給食や食育を通して、そのサポートができていたらうれしいです。今月は、卒業や進級を控えた児童・生徒の皆さんへ、応援やお祝いの気持ちを込めた給食を提供しますので、どうぞお楽しみに。



あなたの食生活はどうか?

振り返りチェックシート

日ごろの食生活を振り返り、よくできたと思うものに○を付けましょう。

<input type="checkbox"/> 朝ごはんを毎日欠かさず食べている 	<input type="checkbox"/> 食事の前に手をきれいに洗っている 	<input type="checkbox"/> 正しい姿勢で、よくかんで食べている
<input type="checkbox"/> 苦手な食べ物にも挑戦している 	<input type="checkbox"/> おやつは時間と量を決めて食べるようにしている 	<input type="checkbox"/> おはしを上手に使うことができる
<input type="checkbox"/> 食べたらずを磨いている 	<input type="checkbox"/> おうちで食事のお手伝いをしている 	<input type="checkbox"/> 家族や仲間と食事を楽しんでいる

春の行事と行事食

春には、たくさんの行事食があります。楽しんで食べましょう!

3月3日 ひなまつり はまぐりの潮汁 ひしもち
3月20日ごろ 春分の日(春のお彼岸) ぼたもち
桜開花のころ お花見 花見団子 行楽弁当

今月の地場野菜(使用予定)

- 【福生市】のらぼう菜
- 【羽村市】さつまいも にんじん 長ねぎ
- 【瑞穂町】こまつな



13日(木)は地場野菜の日です

○の数が...

7~9個

4~6個

1~3個

0個

