

3月 給食だより



栃木市マスコット
キャラクター
「とち介」

栃木市立西方小学校
給食共同調理場

少しずつ春の暖かい日差しが感じられるようになり、いよいよ本年度も残りわずかとなりました。1年間大変お世話になり、ありがとうございました。おたよりでは、食について様々なことをお伝えしてきました。これまで学んだことを振り返り、今後の生活に生かしてほしいと思います。次年度も児童生徒のみなさんに喜んでもらえるような「安心安全でおいしい給食」を提供していきます。次年度もどうぞよろしくお祈りします。



健康な体づくりのために 栄養バランスよく食べよう

わたしたちは食べ物からエネルギーや栄養素を得ています。炭水化物や脂質、たんぱく質、ビタミンや無機質は体内での働きが違うため、健康に過ごすにはこれらをきんた食品をバランスよくとることが大切です。



【食物アレルギーの話】

食べない と 食べられない
ちがいをしろう

食物アレルギーは好ききらいとはちがいます。「食べない」のではなく、「食べられない」のです。原因となる食べ物を食べたり、触ったりすると体にさまざまな症状が出ます。皮膚がかゆくなったり、じんましんが出たりするほか、命にかかわる危険な状態になることもあります。食物アレルギーがない人もそのことを知っておきましょう。

学校給食 ふりかえりチェック

給食で学んだことをふりかえり チェックをしよう!

食事は、人間が生きていく上で欠かすことのできない大切なものであることがわかりましたか？

食べる前に手洗いを行うほか、栄養バランスのよい食事をとるなど、健康に気を付けることができましたか？

学校給食にはいろいろな食品が使われていることを知り、食品や料理の名前がわかりましたか？

給食は生産者や調理員、栄養士など多くの人々によって支えられていることを知ることができましたか？

配ぜんや盛りつけを丁寧に行ったり、食事のマナーに気を付けたりして、相手を思いやることができましたか？

自分たちの住む地域に昔から伝わる料理や行事食などの食文化を知ることができましたか？



ご卒業・ご進級 おめでとうございます

ご卒業・ご進級を迎えるみなさん、おめでとうございます。

みなさんの思い出に残っている給食はなんですか。友人や先生方と楽しく過ごした給食の時間が、みなさんにとってよい思い出になることを願っています。そして給食で学んだことを生活に生かして、進学先や新しいクラスでも元気に頑張りましょう。