

12月給食だより



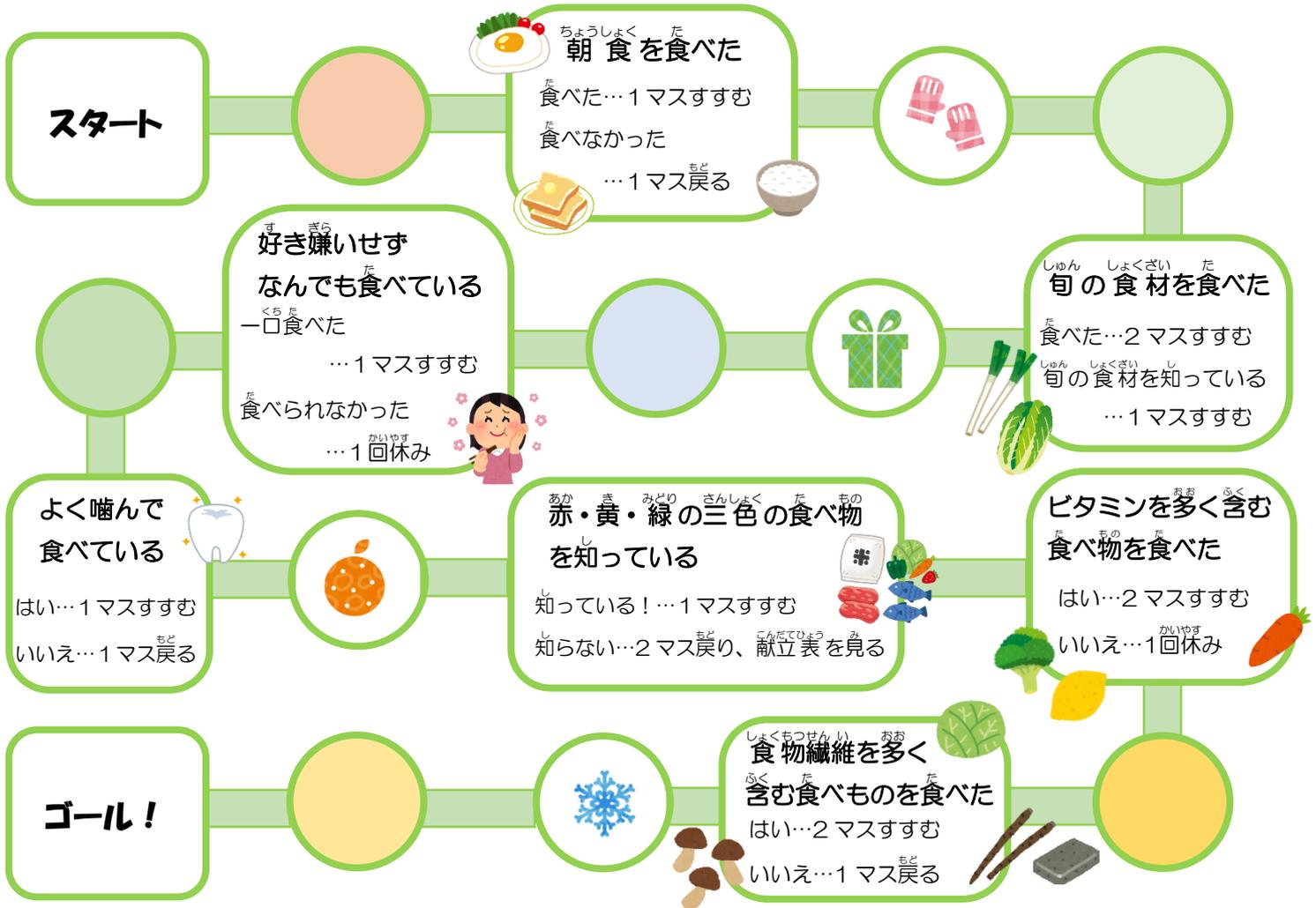
栃木市マスコット
キャラクター
「とち介」
栃木市立西方小学校
給食共同調理場

寒さが少しずつ厳しくなり、本格的な冬の訪れを感じられるようになりました。今年もあと1か月です。気温や湿度が低く風邪を引きやすいこの時期は、十分な栄養と睡眠をとり、体調の変化に気を付けてすごすことがとても大切です。

子どもたちが毎日健康に生活できるように、食事を通してサポートしていきたいと思っております。

けんこう ～健康すごろく～ しょくじへん 食事編～

風邪や感染症を予防するためには、適度な運動・十分な睡眠・バランスのよい食事が大切です。「食事からできる風邪予防、健康のための食生活のポイント」をすごろくで、遊びながら覚えましょう！



12月19日(木)

～西方地域クリスマス献立～

・黒糖コッパン

・牛乳

・鶏肉の照り焼き

・フロッキーサラダ

・ミネストローネスープ

・クリスマスセレクトデザート

(チョコプリン・三色ゼリー・アセロラゼリー)

