

3月の給食だより なかよく なんでもたべて げんきに ラッキー

山直北小学校
平成29年
3月号
家庭数

食育
キャラクター
「ナッキー」



3月になりました。卒業や進級もうすぐですね。3月は1年間のまとめの月です。学年最後の1か月、仲良く元気いっぱいにご過ごしましょう。

しっかり食べて体調に気を付けて、元気に卒業式・修業式を迎えましょう！

一年間、ありがとう！

3学期もあと少しで終わりです。一年をふり返り、給食室から「ありがとう」を伝えます♪

6年生は15日(水)、1~5年生は23日(木)が給食最終日です！



♡いっぱい食べてくれて、ありがとう♡

ほとんどのクラスの食缶が、空っぽになって給食室に戻ってきます。そして「ごちそうさまでした！」と元気なあいさつをしてくれる人がたくさんいます。その声に、給食室のみんなは元気をもらっています。ありがとう！

♡給食委員会さん、ありがとう♡

当番が回ってくると、お昼休みを返上して一生懸命お仕事をしてくれましたね。ありがとう！

♡見に来てくれて、ありがとう♡

給食室の窓から、給食を作っているところを見ることができます。いろんな人が見に来てくれていました。楽しくお話できて、とても楽しかったです。ありがとう！

♡新年度の給食♡

新2~6年生は4月11日(火)から、新1年生は4月18日(火)から始まります。よろしくお祈りします！



学校がある日も、休みの日も
早寝・早起き・朝ごはん！



夜は早めに寝ていますか？ いつも何時ごろに起きていますか？ 学校が休みの日は特に、生活が遅い時間にずれてしまいがちです。学校がある日も休みの日も、寝る時間・起きる時間を同じぐらいにしておく、生活リズムが整って身体の調子が良くなります。

朝ごはん！これがわたしのエネルギー！

朝ごはんをテーマにした、食育標語の最優秀作品です。主食とおかずを組み合わせるとエネルギーがみなぎり、元気いっぱい一日を過ごせますよ！

毎日の食事に「まごはやさしいっす」の
食べ物を揃えて、栄養バランスを整えましょう！

マ	まめ、大豆、納豆、豆腐	シ	しいたけなどのきのこ
ゴ	ごま、ナッツ類	イ	いも類
ハ	わかめなどの海藻	ツ	つけもの、味噌、納豆など植物性の発酵食品
ヤ	野菜	ス	酸っぱいもの
サ	さかな		

まご やさ
孫は優しいっす！