3月給食だより

令和６年２月２９日
板橋区立上板橋第二小学校
校　　長　　木村高一郎
栄養士　　石井　　真希

今年度も残り１か月です。みなさんにとってどんな１年だったでしょうか。
給食では、季節の行事に関連する献立や、いろいろな食材がでました。みなさんの心に残った給食はありましたか。
３月は卒業や進級に向けて１年間のまとめをする時期です。１年を振り返り、食生活を見直してみましょう。

今月の目標　**1年間の給食や自分の食生活を見直そう！**

１年間を振り返ってみるっちぃ！

できている項目をチェックしてみましょう。できなかった項目については、これから意識して取り組めるといいですね。

給食について

- □ 食事の前に、手をきれいに洗った
- □ 身支度を整え、給食当番の仕事をすることができた
- □ 「いただきます」、「ごちそうさま」のあいさつをすることができた
- □ 苦手な食べ物にも挑戦することができた

食生活について

- □ 毎朝決まった時間に起きて朝ごはんを食べることができた
- □ よくかんで、味わうことができた
- □ おやつは時間と量を決めて食べることができた
- □ 食事のバランスを考えて食べることができた

✿3月8日リクエスト給食✿

リクエスト給食のアンケート結果を取り入れたメニューを行います。児童の好きな物が詰まった給食になりました。お楽しみ！

主食
- キムチチャーハン
- しょうゆラーメン
- みそラーメン
- カレーライス
- シュガートースト

副菜
- フライドチキン
- ハンバーグ
- 鶏肉の照り焼き

スープ
- ワンタンスープ
- 卵スープ
- シチュー

サラダ
- 海藻サラダ
- パリパリサラダ

デザート
- 旬のくだもの
- シャーベット

★3月12日5年2組考案献立★
★3月15日5年1組考案献立★

５年生が家庭科の授業で一生懸命考えた献立が給食で出ます。

中学生になると、心身ともにさらに大きく成長する時期を迎えます。
健やかな体をつくるためには、食事、運動、休養といった生活リズムを整えることが大切です。
これからも給食で学んだことを思い出しながら、充実した学校生活を送ってください。