

きゅうしよくだより

令和8(2026)年
大阪市立木川南小学校
3月号

いちねんかん 一年間をふり返ろう

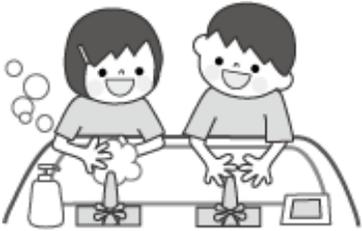


今年度も残り1か月となりました。学校給食は、みなさんの成長に必要な栄養素をとれるように考えて作られています。

この一年間の給食や自分の食生活を通して学んだこと、できるようになったことをふり返って、これからに生かしていきましょう。

一年間の食生活をふり返って、

できたものには□にチェックをつけてみましょう。

<p><input type="checkbox"/> 給食を食べる前など、石けんできれいに手を洗った。</p> 	<p><input type="checkbox"/> 清潔な給食着(白衣・ぼうし)、マスクを身につけた。</p> 	<p><input type="checkbox"/> 黄・赤・緑のグループの食べ物をバランスよく食べた。</p> 
<p><input type="checkbox"/> 毎日、早ね、早起きをして、朝ごはんを食べてから登校した。</p> 	<p><input type="checkbox"/> 感謝の気持ちをもって、食べた。</p> 	<p><input type="checkbox"/> 旬の食べ物や行事食について知った。</p> 

3月のこんだてより



3月2日(月) 卒業祝いこんだて



- *ビーフケチャップライス
- *フライドポテト
- *キャベツのスープ
- *ダイスゼリー(みかん)
- *牛乳



6年生のみなさん、ご卒業おめでとうございます。

小学校で食べる給食も残りわずかです。

味わって食べて、楽しい食事時間にしましょう。

給食に登場する今が旬の野菜

★なのはな★

なのはなは、「菜花」や「花菜」とも呼ばれます。



皮ふやのど、鼻のねんまくを強くするカロテンを多くふくんでいて、主につぼみと葉、くきの部分を食べます。あざやかな緑色をしたほろ苦い味が特ちょうで、春が旬(たくさんとれて、おいしい時期)の野菜です。



3月5日(木) なのはなのおひたし