

# 3月 給食だより



2021.3

大阪市立平野北中学校

今年度も残りわずかとなりました。今のクラスで食べる給食もうすぐ終わりになります。まだまだ気の抜けない日々が続きますが、新しい生活様式に合わせて楽しい給食時間にしましょう。

## ▽▽1年間の給食時間を振り返ってみよう▽▽

できたことはこれからも続け、できなかったことは「なぜできなかったのか」を考えて、できるように改善しましょう。

① 食事の前後に石けんを使って ていねいに手を洗った。	② 身支度を整えて当番活動が できた。	③ 1人分の量をきれいに盛りつ けた。
		
はい	いいえ	はい
いいえ	はい	いいえ
④ 新しい生活様式に合わせて給 食を食べることができた。	⑤ 空気を入れかえて食べる環境 を整えた。	⑥ ハンカチやランチョンマット を毎日持ってきた。
		
はい	いいえ	はい
いいえ	はい	いいえ
⑦ 栄養のバランスを考えて食べ ることができた。	⑧ 協力して給食の準備や、後片 づけができた。	⑨ 心をこめて「いただきます」 「ごちそうさま」を言えた。
		
はい	いいえ	はい
いいえ	はい	いいえ

# 3月の給食よい



9日（火）は**卒業祝い献立**です。

- ・フライドチキン
- ・カレーシチュー（近江牛）
- ・おいおいピクルス
- ・フルーツゼリー



## な はな 菜の花

「<sup>な</sup>菜花」や「<sup>はな</sup>花菜」とも言われています。春の訪れを感じさせる緑黄色野菜です。

17日（水）おひたしに使用します。



## はっさく

広島県で生まれた果物です。

収穫直後のはっさくは酸味が強い  
ため、1～2か月ほど貯蔵し、酸味  
が落ち着いてから出荷されます。

18日（木）に登場します。



## ★給食完食調査結果★

10月～2月において、それぞれの学年で1番残食が少なかったクラスは・・・

**1-3 ・ 2-1 ・ 3-4 でした！**

結果は職員室前に掲示しています。惜しくも1位に届かなかったクラスもありました。

みんなが1人分の量を極端に減らしたり、好き嫌いをしたりすると残食はどんどん増えていきます。中学生は成長のために最も栄養を必要とする時期です。

これからも作ってくれている人や食べ物の命に感謝していただきましょう。

長期間、一生懸命調査に取り組んでくれた健康委員さん お疲れさまでした♪

## ご卒業おめでとうございます



卒業生のみなさん、ご卒業おめでとうございます。

これから自分自身で食べるものを選んだり作ったりする機会が増えてきます。まだまだ成長の途中です。偏った食事は、健康や成長の妨げになります。栄養バランスのよい食事を心がけ、元気に充実した毎日を送ってください。