

3月 食育だより

習志野台第二小学校
令和7年3月

こんげつ きゅうしょくもくひょう
今月の給食目標

きゅうしょく
給食のまとめをしよう



こんねん どのこ
今年度も残りわずかとなりました。みなさんは1年間にわたり、おいしい給食を食べながらさまざまな食に関することを学んできました。今月は、給食の時間をふりかえて来年度の食生活における目標を立ててみましょう。



きゅうしょく じかん 給食の時間をふりかえろう

できたものには□にチェックを入れて、給食の時間のふりかえりをしましょう。

きょうりょく きゅうしょく じゅん び
□協力して給食の準備を
することができた



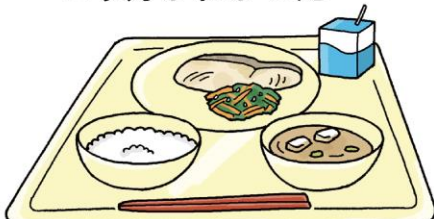
ひとり ぶん りょう
□1人分の量をきれいに
盛りつけた



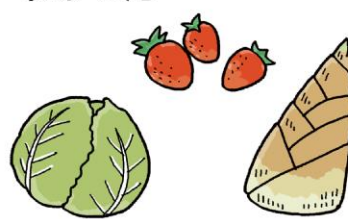
たの かいしょく
□楽しく会食することが
できた



しよく じ
□バランスのよい食事の
とり方がわかった



ち いき じ ば さん ぶつ
□地域の地場産物が
わかった



かん しゃ き も
□感謝の気持ちを持って
食べることができた



きゅうしょく じかん
給食の時間をふりかえてどうでしたか？できたことはいくつあったでしょう？

あた かくねん
新しい学年では、さらにできることが増えるように、「どうしたらできるかな？」と考えてみま
しょう。できたことはこれからもつづけてくださいね！

がつ ちゅうもく ふなばしさんしょくざい
3月の注目！船橋産食材は・・・



こんげつ ふなばしさん しゅん しょくざい た し ひ
今月の「船橋産の旬の食材を食べて知る日」



12月にも紹介した「ねぎ」が再び登場です！船橋のねぎ（根深ねぎ）は、10月から12月と、2月から3月ごろに旬をむかえます。何度もおいしく食べられる時期が来る、ステキな

野菜です。ねぎは今回「呉汁」に入ります。小さく切られているので目立

たないかもしれませんが、甘みや栄養がスープにも溶け出していますよ。

よく見て、見つけてみてください！



はる やす
春休みも

まい にち ちょう しょく
毎日朝食をとろう



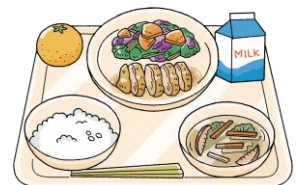
ちょうしょく のう からだ め ざ
朝食は脳や体を目覚めさせ、エネルギーを
ほ きゆう うえ たいせつ なが やす あいだ
補給する上でとても大切です。長い休みの間
あさ ね ぼろ はや お まいにちから
も朝寝坊をしないで早起きをして、毎日必ず
ちょうしょく
朝食をとるようにしましょう。



けんこう からだ
健康な体づくりのためには、バランスのよい食事が

たいせつ ちょうしょく
大切です。「バランスのよい食事ってなんだろう？」と

おも きゆうしょく おも だ
思ったときには、給食を思い出してくださいね。



そつ ぎょう まな わす と く
卒業しても学んだことを忘れないで、取り組んでいってください。