

平成30年度

# がつきゅうしょく 3月給食だより



練馬区立石神井西小学校 校長 山口 義一

栄養士 庄司 智子



早寝早起き朝ごはん 「早寝早起き朝ごはん」運動シンボルマーク

今年度もあと1か月で終わりです。あっという間の1年でしたね。

この1年間で、どんな給食の思い出ができましたか？友達や先生と楽しく過ごせたこと、苦手な食べ物に苦労したこと、からっぽになった食缶をほめられたこと・・・さまざまなかことがあったと思います。

あと1か月で卒業・進級です。クラスの仲間と一緒に、楽しい給食時間を過ごして下さいね。



今月の献立



6年生のリクエスト給食のアンケート結果をお知らせします。  
どのメニューが給食に出ているでしょうか？どうぞお楽しみに！

## 6年1組

## 6年2組

1位 きなこ揚げパン

1位 いかのマヨネーズ焼き

2位 ハンバーグ  
ラザニア

2位 ジャーチャー麺  
揚げパン

3位 カレーライス

3位 カレーライス

## わくわく学報

練馬スパゲティ、揚げパン、ピビンバ、真だくさん汁、ガーリックライス  
チキンカレー、フルーツポンチ、カレーライス、ショア

# あなたの食生活は!?

# 食生活チェックシート

自分の食生活を振り返り、「はい」「いいえ」に○を付けましょう。

<p>朝ごはんを毎日食べていますか？</p> <p>はい ・ いいえ</p>	<p>食事の前に手をきれいに洗っていますか？</p> <p>はい ・ いいえ</p>	<p>「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしていますか？</p> <p>はい ・ いいえ</p>
<p>よくかんで食べていますか？</p> <p>はい ・ いいえ</p>	<p>食事のマナーを守っていますか？</p> <p>はい ・ いいえ</p>	<p>正しいおはしの持ち方、食器の置き方を知っていますか？</p> <p>はい ・ いいえ</p>
<p>おやつは時間と量を決めて食べていますか？</p> <p>はい ・ いいえ</p>	<p>好き嫌いなく何でも食べていますか？</p> <p>はい ・ いいえ</p>	<p>家族や友達と一緒に楽しく食べていますか？</p> <p>はい ・ いいえ</p>

「はい」が7~9個



すばらしい!

新しい学年でも、その調子で過ごせるといいですね。

「はい」が4~6個



あと一歩!

できなかったことを意識して、取り組んでみましょう。

「はい」が1~3個



がんばって!

まずはできそうなことから、がんばってみましょう。

「はい」が0個



残念...

自分にできることは何かを考えて、挑戦してみましょう。

1年間学校給食費の納入にご協力を頂きまして、ありがとうございました。