



給食だより

令和3年3月

練馬区立中村中学校
校長 大石 光宏
栄養士 鳥羽田 裕美

いよいよ今年度も終わりに近づいてきました。
これから卒業や入学・進級など節目の季節を迎えます。新しい生活を元気に迎えられるよう、栄養バランスのよい食事をしっかり食べましょう。

1年間の給食を振り返りましょう!

この1年間の給食時間を振り返り、よくできたことに○を、時々できたことに△を、できなかったことに×をつけましょう。は、自由に書きましょう。



<p>給食の前にしっかりと手を洗えた。</p>	<p>手を洗うときや、給食を配膳するときなど、前の人と間をあけて並べた。</p>	<p>給食当番のときに、身したくをきちんとできた。</p>
<p>食べる時以外、マスクをしていた。</p>	<p>「いただきます」「ごちそうさまでした」のあいさつがきちんとできた。</p>	<p>前を向いて、静かに食べられた。</p>
<p>よくかんで味わって食べることができた。</p>	<p>自分に必要な量を意識して、なるべく残さず食べられた。</p>	<p>給食を通して、 が学べた。</p>

ご卒業おめでとうございます



友達や先生方との別れは寂しいけれど、夢と希望に満ちた新しい道への第一歩です。これから先も食べることは一生続きます。そして、私たちの体は食べたものでつくられていきます。給食を通し、栄養バランスをはじめ、地域の食文化、人を思いやる気持ちなど、さまざまなことを感じ、学んでくれていたらうれしいです。



給食食材産地 (2月分)

野菜…北海道、青森、栃木、群馬、茨城、千葉、東京、神奈川、長野、静岡、愛知、高知、愛媛、福岡、熊本、宮崎、鹿児島、長崎
魚類…鳥取、石川、千葉、ロシア 肉類…埼玉、茨城、宮崎

