

3月

給食だより



野々市市小学校給食センター

今年度も残り1か月となりました。これまで給食や食について、おたよりで様々なことをお伝えしてきました。1年間で学んだことを振り返って、今後の生活に生かして欲しいと思います。

1年間の記録

食育の学びをふりかえろう！

給食では、子どもたちの「食べる力」を育てるために、食育の6つの視点に沿ってめあてを立て、指導を行ってきました。そこで今回は、この6つの視点を入れためあてごとに、1年間の学びを振り返ります。おさまと一緒に話題にいただき、食育の理解を深めるきっかけになれば幸いです。

食事の重要性

給食だより 5月号

給食だより 9月号

給食だより 12月号

毎日の食事は体をつくり、風邪を予防するには、野菜のビタミンA、果物のビタミンC、ごまやナッツ類のビタミンEを組み合わせるといいですね。朝ごはんは学校での活動に必要なエネルギーになります。ご家庭でも、主食・主菜・副菜・汁物をそろえて食べる工夫をしていただければと思います。

食文化

給食だより 10月号

給食だより 11月号

和食の魅力やお米のよさを学び、お箸の使い方を意識しながら、『まごわやさしい』の組み合わせで栄養バランスがとれることもわかります。家庭でも和食や旬の食材に触れるきっかけになるといいですね。

心身の健康

給食だより 4月号

給食だより 6月号

学校給食が、成長期に必要な栄養を摂れることがわかります。よく噛むことや歯の生え変わりに合わせた噛み方も意識できるといいですね。

社会性

2. 給食だより

正しい姿勢やマナーを意識して楽しく食べること、季節や体調に合わせて食品や飲み物を選ぶこと、給食が多くの人に支えられていることを学びました。ご家庭でも、食事の姿勢や声かけ、体調に合わせた食べ方や飲み物の選び方、「いただきます」「ごちそうさま」を大切にすることなどを、ぜひ日々の食事の中で話題にしてみてください。

食品を選択する能力

給食だより 7月号

正しい姿勢やマナーを意識して楽しく食べること、季節や体調に合わせて食品や飲み物を選ぶこと、給食が多くの人に支えられていることを学びました。ご家庭でも、食事の姿勢や声かけ、体調に合わせた食べ方や飲み物の選び方、「いただきます」「ごちそうさま」を大切にすることなどを、ぜひ日々の食事の中で話題にしてみてください。

感謝の心

給食だより 1月号

写真で見ると、給食の舞台裏がわかります。給食を作るには、多くの人が協力しています。感謝の心をもち、食事をいただきます。

2月の給食人気メニュー

定番の人気メニューの他にも、子どもたちから「おいしかったです!」の声が多かった給食を毎月紹介します。ご家庭でも作ってみませんか?

2/9 ほうれん草のみそ汁… 普段のみそ汁には小松菜を使うことが多いですが、冬においしいほうれん草を使いました。ほうれん草のやわらかい食感が子どもの嗜好に合ったようで、「やわらかくておいしい!」「ほうれん草好き」といった声がたくさん聞こえてきました。

