

中学校給食通信



第86号

令和6年3月
摂津市教育委員会

今年度も残すところあと1か月となりました。新しい進路へ旅立つ3年生も、次の学年へ進む1・2年生も、残りの日々を大切に悔いのないようお友達や先生と有意義な時間を過ごしてくださいね。さて、3月は卒業や進路に向けて1年のまとめをする時期でもあります。この機会に自分の食生活や生活リズムを振り返ってみましょう。



1年間の食生活を振り返ろう



□嫌いな食べ物に挑戦したり
好きな食べ物が増えた



□食事の挨拶や正しい箸の持ち方などマナーに気を付けた



□栄養バランスを考えて
食事を選ぶことができた



□食事の準備や後片付けを
自分から積極的にできた



□食品ロスについて考えたり、
食事を無駄にしなかった



□家族や友達と楽しく
食事をする事ができた



いくつ当てはまりましたか？

また、早食いは危険です。食事の際は食べやすい大きさにするようよく噛んで食べましょう。これからも、様々な食体験をし食を通じていろいろなことを感じてくれると嬉しいです。

4月のおすすめ！献立紹介

4月19日(金) ごはん 鯖のねぎソースかけ 切干大根と小松菜の和え物
ごはんに乗せて中華ライス 南瓜の甘煮 牛乳



新献立として、「ごはんに乗せて中華ライス」が登場します！

小学校給食の献立を中学校風にアレンジしています。豚肉と大豆を甘辛く炊いた具をごはんと一緒に食べてくださいね♪



いつも中学校給食の利用をありがとうございます！

令和6年度の食育の日には、引き続き「減塩」をテーマにした摂津市内の連携献立のほか、毎月新しい献立を取り入れる予定です。より魅力的な中学校給食を目指していきますので、来年度もよろしく願います☆