

3月食育だより



大潟村学校給食共同調理場



1年間の振り返りをしよう!



いよいよ今年度最後の月になります。給食も残り、わずかな回数となりました。今年1年間の振り返りをしましょう。できたことをチェックしてみましょう。



<p>給食の前に手をきれいに洗えましたか?</p>	<p>食事のあいざつは心を込めて言えましたか?</p> <p>いただきます</p>	<p>おはしを正しく使うことができましたか?</p>
<p>よくかんで味わって食べられましたか?</p>	<p>バランスの良い食事のとり方がわかりましたか?</p> <p>バランス</p>	<p>自分に必要な量を考えて食べることができましたか?</p>
<p>地域でとれる食べ物を知ることができましたか?</p>	<p>行事食や郷土料理について知ることができましたか?</p>	<p>楽しい給食時間を過ごせましたか?</p>

お知らせ

3月2日(月)の「ごはん」は、「金芽米(有機米)」になります。「金芽米」は、お米の金芽(胚芽の基底部)と表面のうまみ層のあるお米です。ふつうの精白米と比べ、金芽米は食物繊維やカルシウム、ビタミンB1、B2、Cが多くふくまれています。

