

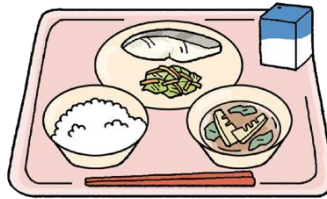
# 給食だより



いよいよ3月になります。今の学年で過ごす日も残りわずかとなりました。3年生は卒業間近ですね。学校給食を食べる日も、あと残り11日です。3学期も3年生のリクエスト給食のメニューをたくさん取り入れたので、クラスのみんなどと一緒に食事する時間を楽しんで過ごしてくださいね。

## ❁ 卒業生のこれからの食事

中学校を卒業すると給食がなくなり、自分で食べるものを購入したり、友達と外食したりする機会も増えてくると思います。これからみなさんが健康な体で元気に生活していくためには、自分で食べるものを正しく選ぶ力が大切です。そんなときには、ぜひ給食を思い出してください。給食は、バランスの良い食事を続けていくためのお手本になります。偏った食事を続けると、将来健康面で困るのは自分自身です。主食・主菜・副菜を揃えて、野菜はたっぷり食べましょう。特に給食の牛乳がなくなると、カルシウムが不足しがちになってしまいます。意識して骨密度を高めていきましょう。



## ❁❁❁ 食物アレルギー対応を希望するご家庭へ ❁❁❁

来年度食物アレルギー対応を希望していて、まだ必要書類の提出が済んでいない方は、必ず**3月6日(金)まで**にご提出をお願いいたします。今年度から継続の方も必ずご提出ください。



## ❁❁❁ 給食袋回収のお願い ❁❁❁

3学期は給食最終日に給食袋(エプロン・三角巾・袋)を学校で回収します。回収後にクリーニングへ出しますので、持ち帰らずにクラスでまとめて返却してください。

★ 3年生 … 3月18日(水) 回収

★ 1・2年生 … 3月24日(火) 回収



## ❁ 2月の給食より「キムチラーメン」「ジャンボ揚げぎょうざ」

この日の献立は、3年生のリクエスト給食で多くの票を獲得したキムチラーメンとジャンボ揚げぎょうざでした。給食室では、調理員さんがひとり約100個の餃子を包んでくれました。人気料理の組み合わせで、みなさんしっかりと食べてくれました！



ジャンボ揚げぎょうざは、直径15cmの大きな皮に、具材がずっしり詰まっています。食べ応えがあります。キムチラーメンは醤油ベースのスープにキムチをたっぷり使いました。果物の柑橘は「甘平(かんぺい)」という品種で、とても甘くてジューシーでした ✨