

# 3月 給食だより

●発行日●令和2年3月2日発行  
●発行者●守谷市立学校給食センター  
TEL(48)0253/FAX(48)5388

今年度も残りわずかとなりました。好き嫌いせずに食事をすることができましたか？  
1年間をふり返ってみましょう。

スタート

はい →  
いいえ →

嫌いな食べものはない。



給食はいつも残さず食べている。

家では好きなものばかり食べている。

苦手なものも少しは必ず食べている。

★★★  
好き嫌いせずに食べることができていて素晴らしいです。これからも続けましょう。

★★  
好きなものばかり食べていると栄養素がかたよってしまいます。バランスに気をつけて食べましょう。

★  
苦手なものにも挑戦していて素晴らしいです。だんだんと残さず食べられるようになるよう、がんばりましょう。

最初は小さな一口でもよいです。苦手なものにも挑戦してみましょう。

参考資料：「たのしい食事つなげる食育」文部科学省

## 卒業おめでとう

中学校：3月10日(火)  
小学校：3月18日(水)

卒業お祝いこんだて

日本には、お祝いの時に赤飯を食べる風習があります。  
赤飯に入っている豆は、小豆です。小豆の赤い色で、ごはんも赤くなります。  
日本では古くから、赤い色に魔除けの力があると信じられていて、お祝いの時に赤いごはんの赤飯を食べるようになったといわれています。

