

給食がよ!

御宿町学校給食
共同調理場
3月号
2020年 3月発行

日中のぽかぽかとした日ざしに、ときおり春のおとずれを感じるようになりましたね。
みなさんはこの1年間、身体も心も大きく成長していることと思います。
3月はそんな1年をふりかえり、自分の食生活を見直してみましよう。

1年間の給食をふりかえりましよう★



自分ができたことに○(できた) △(時々できた) ×(できなかった)の印をつけてみましょう。

①毎日朝ごはんを食べた 	②1日3食、残さな いで食べた 	③間食は時間を決めて食べ、 食べすぎなかった 	④3つのグループの食品 をバランスよく食べた 	⑤食べられることに 感謝できた
○ △ ×	○ △ ×	○ △ ×	○ △ ×	○ △ ×
⑥よくかんで食べる よう心がけた 	⑦ながら食べをしな かった 	⑧塩分、脂質、糖分の多い菓 子などは少しだけ食べた 	⑨きれいなものでも がんばって食べた 	⑩みんなで仲よく食 べた
○ △ ×	○ △ ×	○ △ ×	○ △ ×	○ △ ×

できていないところがあった人は、来年度にまたがんばってみましよう!



♪リクエストこんだて結果発表♪

御宿小1年生、6年生、御宿中3年生のみなさんにリクエスト献立を書いてもらった結果を表にしました。今月は、ランクインしたメニューを少しずつ提供していきます★献立表では太字になっています。ご協力、ありがとうございました♪

	主食	主菜	副菜	デザート
小1	①勝浦タンタンめん	①からあげ	①ABCスープ	①いちごゼリー
	②わかめごはん	②マーボー豆腐	②春雨サラダ	②ぶどうゼリー
	③揚げパン	③グラタン	③コーンスープ	③みかん
小6	①ごはん	①からあげ	①ポットパイシチュー	①いちごゼリー
	②わかめごはん	②クリスピーチキン	②春雨サラダ	②ココアプリン
	③揚げパン	チキンステーキ	③春雨スープ	③りんご
中3	①ごはん	①からあげ	①春雨サラダ	①いちごゼリー
	②焼きそば	②いかのマリネ	②焼肉サラダ	②ココアプリン
	③揚げパン	③焼肉あんかけ丼	③わかめスープ	③お米のムース