

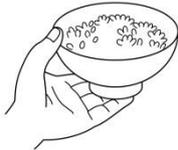
3月

給食だより

宮城県立石巻支援学校
給食室
令和2年2月28日（金）

給食の1年間を振り返ってみよう！

1年間、さまざまなテーマで食と健康についての話題を伝えてきました。これまでの内容を思い出しながら、今年度の食生活はどうだったか、自分ができたことに○（できた）、△（時々できた）、×（できなかった）の印を付けて振り返ってみましょう。

チェック	① 給食の準備をする前にエプロンや帽子などを身に着けた。		チェック	② 手に石けんを付けて洗いながした。	
チェック	③ 「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしてから食べた。		チェック	④ 背中を曲げないで、姿勢よく食べることができた。	
チェック	⑤ 茶わんを持って食べることができた。		チェック	⑥ よくかんで食べるように心がけた。	
チェック	⑦ 苦手な食べ物もがんばって食べることができた。		チェック	⑧ みんなと楽しく食事ができた。	

＜今月の給食の紹介＞

ひなまつりのメニューといえば、「ちらしずし」。給食室では朝早くからちらしずしを作る準備をします。ごはん混ぜる具材をしょうゆで甘辛く煮たり、甘酢を作ったりと大忙しです。

ちらしずしは1年に1度しか食べることができないメニューなので、子どもたちに喜んで食べてもらえるよう、給食室一同、今年もがんばって作りたと思います。



甘酢と具材を混ぜたごはんの上に、きざみのりや錦糸卵、きぬさやなどを彩りよく盛り付けていきます。

3月の学校給食で使用する食材の主な産地

品目	産地
・小松菜	（石巻市）
・かぶ	（千葉県）
・きゅうり	（宮城県・高知県）
・大根	（神奈川県・千葉県）
・みつ葉	（東松島市）
・つぼみ菜	（石巻市）
・ねぎ	（石巻市）



1年間ありがとうございました！

今月の給食目標 3月 楽しい食事をしよう

★周りの人と会話をしながら楽しく食事をとみましょう。
★音楽を流したり、花を飾るなどして和やかな食事の場を作りましょう。