



給食だより

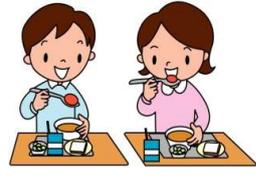
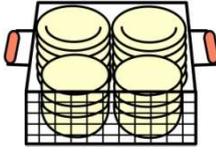


令和6年3月
日光市立小林中学校

3月に入り、日差しも暖かくなってきました。まだ冷え込む日もありますが、春の訪れはもう間もなくです。1年間の学校生活はどうでしたか？健康に過ごせましたか？

3月は学年最後の月です。自分の食生活を振り返り、新しい学年では、さらによい食生活が送れるよう心がけましょう。

給食について1年を振り返りましょう

① 手洗いを忘れずにできた。  はい・いいえ	② 給食の準備を協力してできた。  はい・いいえ	③ 好き嫌いなく食べた。  はい・いいえ	④ 良い姿勢で食べた。  はい・いいえ	⑤ 友達と楽しく会食できた。  はい・いいえ
⑥ あいさつを忘れずにした。  はい・いいえ	⑦ 後片付けがきちんとできた。  はい・いいえ	⑧ はしを正しく使えた。  はい・いいえ	⑨ 食器をていねいに使った。  はい・いいえ	「はい」の数が 0～4コ:がんばりましょう! 5～8コ:もう少しがんばりましょう! 9コ:よくできました!

※来年度はひとつでも「はい」の数が多くなるようにしましょう！



卒業おめでとう！



卒業後は給食が無くなり、自分自身で食事を選ぶ機会が増えます。「何をどう食べたらいいのかな？」と迷ったときは、ぜひ給食を思い出してください。

日本人は中学卒業と同時に、カルシウムの摂取量が急に減る傾向があるというデータもあります。みなさんは成長期の真っただ中。牛乳や乳製品などカルシウムを多く含んだ食品を、特に意識してとり続けてほしいと思います。



～市民の日 記念給食を実施します～

2006年3月20日に現在の日光市が誕生し、今年で18年が経ちます。これを記念して、3月19日（火）に日光市の食材を使用した「市民の日 記念給食」を実施します。日光市誕生18周年のお祝いと地域の恵みに感謝して、おいしくいただきます。

