

令和2年 3月号 日光市立大沢小学校

給食だより

〇今月の給食目標〇

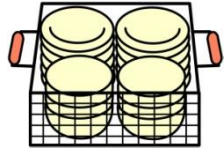
みんなで協力しよう。

低・力をあわせてあとかたづけをしよう。
中・係やグループで協力してかたづけよう。
高・静かに手早く後片付けをしよう。

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？健康にすごせましたか？

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にしましょう。

給食について1年をふりかえりましょう

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好き嫌いをなく食べた  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」の数が増えるようにしましょう！

けんこう からだ
健康な体
をつくる
には！

- ◆ **運動**…運動を継続することで、骨や筋肉・心臓などが強くなる！
- ◆ **栄養**…1日3食！バランスのよい食事を心がけよう！
- ◆ **休養**…寝ている時に体は成長します！
たっぷりと睡眠時間をとろう！



～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14年がたちます。これを記念して、3月18日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。



(日光仮面)