

# 3月給食だより

砂川市学校給食センター発行

日に日に春らしい季節になってきました。早いもので、今の学年で過ごす日も残りわずかとなりました。この1年間のまとめとして、給食時間やお家での食生活を振り返ってみましょう。

## あなたの食生活はどうか？ 振り返りチェックシート

日ごろの食生活を振り返り、よくできたと思うものに○を付けましょう。

朝ごはんを毎日欠かさず食べている

食事の前に手をきれいに洗っている

正しい姿勢で、よくかんで食べている

苦手な食べ物にも挑戦している

おやつは時間と量を決めて食べるようにしている

おはしを上手に使うことができる

食べたら歯を磨いている

おうちで食事のお手伝いをしている

家族や仲間と食事を楽しんでいる

○の数が…

7～9個



4～6個



1～3個



0個



# 3月6日（木） 砂川市立砂川中学校 PTA 献立

3月6日（木）の献立は、砂川中学校の保護者の方が考えて下さいました。みなさんが好きな人気のあるメニューで卒業をお祝いする思いも込められています。メニューは、「きなこ揚げパン」、「コーンポタージュ」、「トマトミートオムレツ」、「ブロッコリーサラダ」、「焼きプリンタルト」です。

# 3月17日（月） 砂川市立中央小学校 PTA 献立

## 「中学校生活もパワーで臨め！中央小のド根性魂でも」

3月17日（月）の献立は、中央小学校の保護者の方が考えて下さいました。卒業生を応援する内容で中学校生活も頑張してほしいという思いが込められています。メニューは、「わかめごはん」、「豚汁」、「ハムチーズフライ」、「ポテトサラダ」、「クレープ」、「ミルク」です。

※献立企画をしてくれた中央小学校では、クレープとミルクの味を選ぶセレクト給食を実施します。

## 3月の献立について

- 「お米」は、砂川産、奈井江産、浦臼産の「ななつぼし」を使用しています。
- 「玉ねぎ」は、砂川産を使用しています。
- 「豚肉スライス」は、砂川産の上原ポークを使用しています。
- 「干しいたけ」は、奈井江産を使用しています。
- 3日（月）ひなまつり献立です。
- 6日（木）砂川中学校のPTA 献立です。
- 17日（月）中央小学校のPTA 献立です。



卒業生のみなさんご卒業おめでとうございます！健康な心と体は、毎日の食事の積み重ねです。今食べている食事は、“未来の自分”をつくるための重要な土台となります。これから先、自分自身で選んで食べる機会が増えていきますが、迷ったときには、ぜひ給食を思い出してみてください。皆さんの新生活が健康で充実したものとなるよう願っています。

## 1年間ありがとうございました！

給食時間では、「今日の給食おいしかった！」「苦手だけど頑張って食べたよ！」という子ども達からの言葉が励みになっていました。これからも、安全・安心な給食を心がけていきますので、給食を通して少しでも食に興味をもつことができれば嬉しく思います。