

# 給食だより

# 3月

## 1年間の給食だよりをふり返ろう

いよいよ今年度最後の月になりました。卒業や進級まであとわずかです。  
この1年間、献立表や食育だよりを通して、給食や栄養、食文化など食に関する情報を発信しました。  
3月はまとめの時期ですので、テーマに沿って1年間の給食だよりをふり返ってみましょう。

<p><b>4月 学校給食について</b></p> <p>学校給食の7つの目標や給食の内容について分かりましたか？</p> 	<p><b>5月 食事のマナーについて考えよう</b></p> <p>食事のあいさつ、食するときの姿勢や配膳の仕方が分かりましたか？</p> 	<p><b>6月 食育月間と歯の衛生週間について</b></p> <p>給食で行っている食育と歯の大切さについて分かりましたか？</p> 
<p><b>7月「早寝・早起き・朝ご飯」でリズムを整えよう</b></p> <p>夜型の生活リズムが引き起こす悪い影響や、朝食の効果について分かりましたか？</p> 	<p><b>9月 日本型食生活を見直そう</b></p> <p>ごはんを中心に、多様なおかずをそろえることで栄養バランスがよくなるのが分かりましたか？</p> 	<p><b>10月 不足に注意！血液を作る栄養素「鉄」について</b></p> <p>鉄の働きや1日の必要量、鉄を多く含む食品が分かりましたか？</p>  <p>レバー</p>
<p><b>11月 千産千消月間について</b></p> <p>「千産千消」の意味や、給食で取り組んでいる我孫子産米、我孫子産野菜の活用について分かりましたか？</p> 	<p><b>12月 行事食を大切にしよう</b></p> <p>年末年始の行事食(冬至、大みそか、おせち、お雑煮、七草など)について分かりましたか？</p> 	<p><b>1月 学校給食週間の歴史を知ろう</b></p> <p>1月24日の学校給食記念日、24日から30日の学校給食週間について分かりましたか？</p> 
<p><b>2月 牛乳の良さをみなおそう</b></p> <p>牛乳の栄養や、カルシウムの働き、カルシウム貯金の大切さが分かりましたか？</p> 	<p><b>3月 1年間の食育だよりをふりかえろう</b></p> <p>1年間の内容をどれだけ知り、行動につなげることができましたか？ 3:1:2の割合でのお弁当の作り</p>	<p>食に関する知識や関心は深まりましたか？</p> 