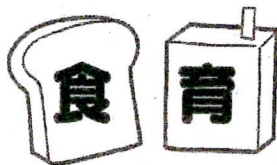




# かんざき給食だより



## の1年間をふりかえってみましょう



お家のひとやっ  
てみよう!

みなさんは、学校や家でどのような食生活を送っていましたか。1年間  
どのようにすごしてきたのか、自分自身をふりかえってみましょう。

自分ができたことに○(できた) △(時々できた) ×(できなかった)の印をつけてみましょう。

①毎日朝ごはんを食べた 毎朝	②1日3食、残さな いで食べた 残さず	③間食は時間を決めて食べ、 食べすぎなかった 食べすぎ	④3つのグループの食品 をバランスよく食べた バランス	⑤食べられることに 感謝できた 感謝
○ △ ×	○ △ ×	○ △ ×	○ △ ×	○ △ ×
⑥よくかんで食べる よう心がけた よくかむ	⑦ながら食べをしな かった ながら	⑧塩分、脂質、糖分の多い菓 子などは少しだけ食べた 少し	⑨きれいなものでも がんばって食べた がんばる	⑩みんなで仲よく食 べた 仲よく
○ △ ×	○ △ ×	○ △ ×	○ △ ×	○ △ ×

<p>○が7個以上</p> <p>次の学年でもその調子で!</p>	<p>○が4個~6個</p> <p>できなかったことを意識しよう!</p>	<p>○が3個~1個</p> <p>できそうなところから頑張ろう!</p>	<p>○がなかった</p> <p>○ができるように少しずつ頑張ろう。</p>
-----------------------------------	---------------------------------------	---------------------------------------	--

3月3日はひな祭り(桃の節句)です。

給食でも行事食をだします!

## 桃の節句に食べるもの

(ひなまつり)



### ちらしずし

長生きできますように...  
幸せな将来へのねがい



### ひしもち

健やかに  
育ちますように...



### あまさけ

長生きできますように...  
厄をはらうため



### はまぐりのおすいもの

よい相手と  
仲良く暮らせますように...  
幸せに過ごせますように...



### ひなあられ

一年中  
幸せでありますように...

紫... 萩の花 (馨) 緑... 草や木の芽 (賢)  
黄... 紅葉 (穀) 白... 蟹 (豊)

4色の場合は四季を表しています!