



3月食育たより

令和4年3月
皆野町学校給食センター



卒業生の皆さんは、いよいよ卒業です。
4月には幼稚園児は小学生に。小学生は中学生になります。
中学3年生は皆野町の給食ともお別れです。日々の給食から、
どのようなことを感じ、学びましたか？ 食べることを大切に
するという事は、自分自身を大切にすることにつながります。
給食から学んだことを生かし、健康で充実した毎日を送ってほ
しいと願っています。

給食の時間をふりかえろう

<input type="checkbox"/> 協力して給食の準備を することができた 	<input type="checkbox"/> 1人分の量をきれいに 盛りつけた 	<input type="checkbox"/> 「前向き」「黙食」で 会食することができた 
<input type="checkbox"/> バランスのよい食事の とり方がわかった 	<input type="checkbox"/> 地域の地場産物が わかった 	<input type="checkbox"/> 感謝の気持ちを持って 食べるすることができた 

《 今月の食に関するお話し♪ 》

「ブロッコリーとカリフラワー」

ブロッコリーとカリフラワーはどちらもキャベツの変異で、地中海産のブロッコリーがさらに
変異してカリフラワーになったといわれています。最近では品種改良により、紫・黄色・緑色のカ
リフラワーも見かけるようになってきました。いわゆる花野菜と呼ばれていて、もこもことした
部分が花になりますが、食べるのは花になる前のつぼみの時期です。

ビタミンCがたっぷり含まれているので、風邪やコロナウイルスに
負けないようにたくさん食べましょう。

11日の「つぼみサラダ」に使用します。



1年間、ありがとうございました

コロナ禍ということで「前向き」「黙食」での給食時間でした
が、ルールをきちんと守り、給食をよく食べていましたね。

きっと、この1年で心も体も大きく成長したことでしょう。

保護者の皆さま、今年度も給食運営へのご理解とご協力をあり
がとうございました。引き続き、安全・安心な給食を提供できる
よう、職員一丸となって努めてまいりますので、よろしくお願い
致します。

