

給食だより

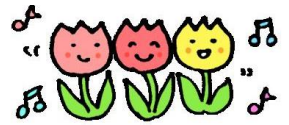


令和5年 3月
教育委員会 学校給食課

あたたかい春がすぐそこまで来ています。今年度も残りわずかとなりました。新年度を元気に迎えられるように、規則正しい食生活を心がけましょう。



1年間の食生活を振り返ろう



食生活がより良いものになるように、日頃から意識し、改善していきましょう。

朝ご飯は毎日
食べましたか？



食事のあいさつが
できましたか？



よくかんで
食べましたか？



正しくおはしを
使えましたか？



好き嫌いせずに
食べましたか？



旬の食材:にら

にらは、暑さに強く、春から真夏まで収穫できる数少ない葉野菜です。春の出始めの葉は柔らかく、香りも強くとてもおいしく食べることができます。にらに含まれるβカロテンは、ほうれん草よりも多く、動脈硬化やガンの予防に役立ちます。



卒業生のみなさん、ご卒業おめでとうございます。学校生活の中で、給食が忘れられない思い出のひとつになってくれたら嬉しいです。卒業後も、みなさんが心身ともに健康で過ごせるように願っています。

食材産地調査(令和5年 2月 1日～2月 20日)*実施献立の放射能検査結果は不検出です。

精米	筑西市	にんじん	水戸市	はくさい	八千代町	きゅうり	群馬県
牛乳	茨城県	たまねぎ	北海道	えのきたけ	長野県	もやし	栃木県
豚肉	茨城県	じゃがいも	北海道	こまつな	結城市	キャベツ	愛知県