

給食だより

令和7年3月 さいたま市立三室中学校

日に日に春の訪れが感じられるようになりました。早いもので学年最後の月です。

今年度はどんな1年でしたか？

3年生にとっては、次のステージに羽ばたく準備をする時、進路を決定する時です。3年生は三室中学校での残りの日々を、そして1・2年生はクラスでの残りの日々を良い思い出でいっぱいにしてください。

。。。1年間の食生活を振り返ろう！。。。 チェックポイント

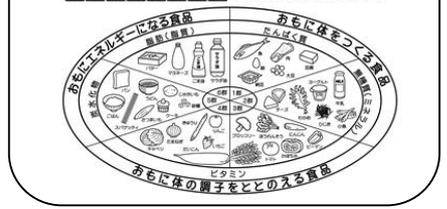
朝ごはんを毎日しっかり食べられた。



好き嫌いなく食べられた。嫌いなものが1つでも克服できた。



食べものの栄養やその働きについて考え食べることができた。6回の基礎食品群で栄養バランスチェック!

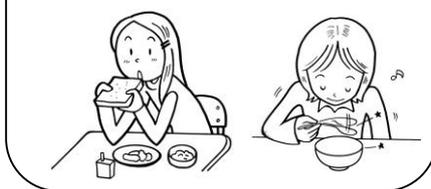


食べものを大切に、感謝して食べることができた。

いただきます! ごちそうさま!



配膳やはしの持ち方など食事のマナーに気をつけて食べることができた。



地域に伝わる郷土料理や季節ごとの行事食を知り、味わって食べることができた。



どのくらい達成できましたか?よく食べることはよく生きることに繋がります。大人に向かう成長期の皆さんが健康に過ごせるよう、また、思いやりや感謝の心をもって家族や仲間と楽しく食事をしましょう。



楽しく食事をしましょう!!

食事は楽しい時間にしたいですね。そのために必要なことのひとつが「マナーを守って」食べることです。「マナー」は面倒くさい決まりごとではなく、誰もが嫌になる気持ちにならないよう、昔から伝えられてきた振る舞いのことです。食事中に動き回ったり、場にふさわしくない話をしたり、好き嫌いが激しかったり・・・周囲の人をがっかりさせていませんか?反対に、食器を正しく置き、箸を上手に使うと食べている人を見ると一緒に食べている人も嬉しくなります。

楽しく食べるには、一緒に食事をする人のことも考え、マナーを守って食べるのが大切です。

社会に出ると、いろいろな人と食事をしてコミュニケーションをとる機会がたくさんあります。是非、周囲の人をがっかりさせないで良い印象を与えるようなマナーを身につけましょう。

3月14日は円周率(π)の日

毎月恒例になっている、図書館コラボ給食。今月は、3月14日の円周率の日にならんで、給食のデザートにパイを出します。

数学の先生方おすすめの本や、数学にちなんだ本を図書館で紹介しています。

ぜひ、給食を食べたあとの昼休みに図書館をのぞいてみてくださいね!

★★★4月は、10日(木)より給食開始予定です。新年度もよろしくお願ひいたします。★★★