



食育だより

2025年3月
五島市立三井楽学校給食センター

今年度の締めくりである3月になります。3月はひな祭りの行事食や卒業お祝い献立、三井楽中学校と嵯峨島中学校の3年生リクエスト献立などがあります。給食も今年度のラストスパートです!いろいろな献立を楽しみにしてくださいね。

3月の給食目標は「給食の反省をしよう!」です。1年間の反省をし、次年度へつなげていきましょう。また、給食だけでなく、食育の1年間も振り返ってみましょう!



食育の1年間をふりかえってみましょう



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



1年間、食を通してどのようなことを学び、身に付けることができましたか?
「食」を大切にすることは「命」を大切にすることにつながります。

3月の
詳細献立は
こちらから!



3月の給食目標

給食の反省をしよう!



各学校からたくさんのメッセージをいただきました。

1月24日から1月30日までの1週間は「全国学校給食週間」でした。各学校でも給食や食に関することを考える取組が行われました。給食センターにも各学校からたくさんのメッセージをいただきました。これからも安全安心でおいしい給食になるよう給食センターの職員一同がんばっていきます!ありがとうございました!

