

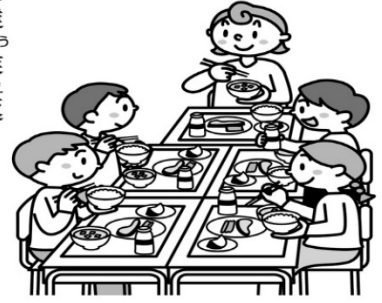
もぐもぐタイムズ

【小学校版】

福生市学校給食センター
令和元年度 3月号



今年度も残すところ、あとひと月となりました。残りの日々を大切に、お友達や先生方と楽しい給食時間を過ごしてほしいと思います。さて、3月は卒業や進級に向けて1年のまとめをする時期です。この1年間の食生活を振り返るとともに、自分自身の健康についても考えてみましょう。



1年間を振り返ってみましょう。
できていたら、() に○を書きましょう。

()
食事の前に
必ず手を洗った。

()
食事のマナーを
守ることができた。

()
苦手な食べ物にも
挑戦できた。

()
朝ごはんを
毎日食べた。

()
おやつは時間と
量を決めて食べた。



幸せを呼ぶ♡

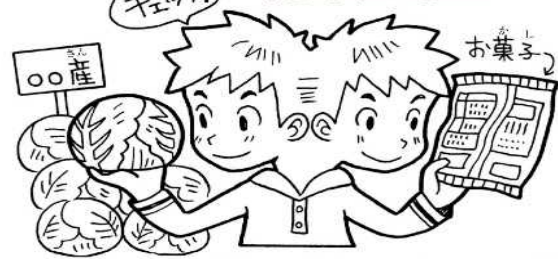
栄養バランスクローバー



全部の葉っぱをそろえて元気に!

安心安全な食を

選ぶために...



みなさんは食品を購入する時に、食品表示をしっかりと見たことがありますか？
表示には、原材料や栄養成分のほか、どこでつくられたものかなどが書かれています。また、野菜などの生鮮食品は自分たちの地域でつくられたもの(地場産物)を中心に選ぶと、つくった人も身近なので安心して食べることができます。

1年間の給食を ふりかえろう

学校給食は、みなさんが元気に成長できるように、エネルギーや栄養素を考えてつくられています。毎日残さずに食べましたか？ また、給食当番の仕事がきちんとできましたか？
自分自身のことをふりかえってみましょう。



もぐもぐタイムズ

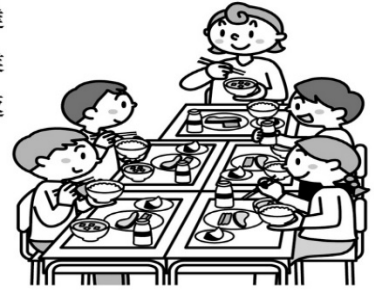
【中学校版】

福生市学校給食センター

令和元年度 3月号



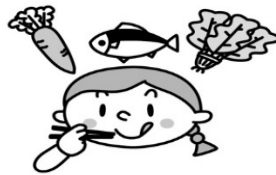
今年度も残すところ、あとひと月となりました。残りの日々を大切に、お友達や先生方と楽しい給食時間を過ごしてほしいと思います。さて、3月は卒業や進級に向けて1年のまとめをする時期です。この1年間の食生活を振り返るとともに、自分自身の健康についても考えてみましょう。



1年間の振り返ってみましょう。
できていたら、() に○を書きましょう。



- | | | | | |
|---------------|------------------|----------------|-------------|------------------|
| () | () | () | () | () |
| 食事の前に必ず手を洗った。 | 食事のマナーを守ることができた。 | 苦手な食べ物にも挑戦できた。 | 朝ごはんを毎日食べた。 | おやつは時間と量を決めて食べた。 |



幸せを呼ぶ♡

栄養バランスクローバー



全部の葉っぱをそろえて元気に！

1年間の給食を ふりかえろう

学校給食は、みなさんが元気に成長できるように、エネルギーや栄養素を考えてつくられています。毎日残さずに食べましたか？ また、給食当番の仕事がきちんとできましたか？ 自分自身のことをふりかえってみましょう。

安心安全な食を



みなさんは食品を購入する時に、食品表示をしっかりと見たことがありますか？ 表示には、原材料や栄養成分のほか、どこでつくられたものかなどが書かれています。また、野菜などの生鮮食品は自分たちの地域でつくられたもの(地場産物)を中心に選ぶと、つくった人も身近なので安心して食べることができます。

