

12月給食だより



令和6年12月

十日町市川西学校給食センター



今年もあとわずかとなりました。空気が乾燥し、寒さも厳しくなるこの時期は、風邪やインフルエンザが流行します。こまめに手洗い・うがいを行うことが一番の予防になります。クリスマスや年末年始を楽しむためにも、規則正しい生活習慣を心がけましょう。



冬休みの食生活～10のポイント



<p>た(食)べすぎに気をつけよう</p>	<p>の(飲)み物は甘くないものを選ぼう</p>	<p>しっかり手を洗ってから食事をしよう</p>	<p>いち(1)日3食、規則正しく食べよう</p> <p>朝 昼 夕</p>
<p>ふゆ(冬)が旬の食べ物をとろう</p>	<p>ゆっくりよくかんで食べよう</p> <p>かむ かむ</p>	<p>やさい(野菜)をたっぷり食べよう</p>	<p>すすんで、おうちの人のお手伝いをしよう</p>
<p>みんなで食卓を囲む機会をつくろう</p>	<p>を(お)やつは時間と量を決めてとろう</p>	<p>以上のことを心がけて、 楽しい冬休みをお過ごしください。</p>	

6年生リクエスト献立 アンケート集計結果



6年生に、卒業までにもう一度食べたい給食のアンケートをとりました。その結果です！

	主食	主菜	副菜	汁物	デザート
1位	きなこ揚げパン	とりのから揚げ	春雨サラダ	シチュー	ケーキ
2位	しろごはん	さばのねぎみそ焼き	しょうゆフレンチ	さわにわん 沢煮椀	みかん(冷凍含む)
3位	ゆかりごはん	あつや 厚焼きたまご	ひじきのマリネ	どうりつ たすう 同率多数	お米のムース

★給食についての思い出や感想(一部抜粋)

- 好きな食べ物(味)が一つにしばれないくらいおいしい！
- みんなでおいしく食べたのがとても楽しかった。
- おかわりじゃんけんで好きな物がもらえたこと。
- しょうゆフレンチは、食べる前は野菜が得意じゃなかったけど、食べたらいしかった。
- 学校生活で一番の思い出。



6年生の皆さん
ご協力ありがとう
ございました！
リクエスト献立
お楽しみに！