

3月



給食者人員数	給食者人員数	発行
南風原幼 146	南風原小 898	南風原町立学校給食 共同調理場
津嘉山幼 221	津嘉山小 1055	電話 889-3691
北丘幼 129	北丘小 964	FAX 889-0564
翔南幼 85	翔南小 589	
調理場 37	南風原中 918	
	南星中 734	
	合計 5776	



1年間の振り返りをしよう!



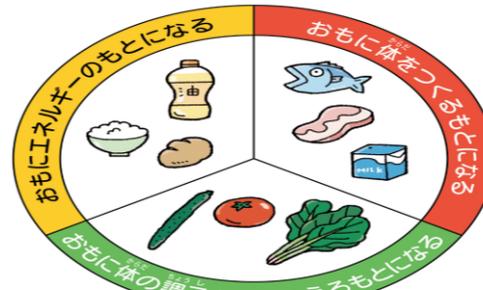
いよいよ3月、今の学年で過ごす日も残りわずかとなりました。皆さんは、日々の給食からどんなことを学んできたでしょうか? この1年を振り返り、できたことをチェックしてみましょう。



<p>給食の前に 手をきれいに 洗えましたか?</p>	<p>食事のあいさつは 心を込めて 言えましたか?</p>	<p>おしを正しく使う ことができましたか?</p>
<p>よくかんで味わって 食べられましたか?</p>	<p>バランスの良い 食事のとり方が わかりましたか?</p>	<p>自分に必要な量を 考えて食べること ができましたか?</p>
<p>地域でとれる食べ物を 知ることができましたか?</p>	<p>行事食や郷土料理 について知ること ができましたか?</p>	<p>楽しい給食時間を 過ごせましたか?</p>

# ご卒業おめでとうございます

友達や先生方と過ごした給食時間は、学校生活のかけがえのない思い出の一つとなっていることでしょう。給食が届くまでにはたくさんの人が関わっていて、皆さんを大切に思う気持ちが詰まっています。これから先、困難にぶつかることがあったら、ぜひ給食のことを思い出してください。皆さんが元気で活躍できるようにと、いつまでも応援しています。



## 3つの食品のグループ

食品は「おもにエネルギーのもとになる食品」、「おもに体をつくるのもとになる食品」、「おもに体の調子をととのえるもとになる食品」の3つのグループに分けることができます。それぞれのグループの食品を組み合わせることで、栄養のバランスがよくなります。

健康な体づくりのために  
栄養バランスよく食べよう

わたしたちは食べ物からエネルギーや栄養素を得ています。栄養素にはそれぞれおもな働きがあります。健康に過ごすには、いろいろな食品から栄養バランスよくとることが大切です。

みんながそろえば  
栄養満点!

※食材の出荷状況・天候等により変更となる場合もありますので、あらかじめご了承ください。

今月(3月)の主な食材産地			
・牛乳	沖縄、熊本	・こまつな、からしな	沖縄(糸満・豊見城)
・米	福岡	・たまねぎ	北海道 佐賀
・パン(小麦粉)	カナダ、アメリカ	・ながねぎ	関東、東北、北海道
・豚肉	沖縄、スペイン、ブラジル、カナダ	・にら、ビックリジャンボインゲン	沖縄
・なかみ	国産	・ねぎ	佐賀、福岡、鹿児島
・鶏肉	沖縄	・キャベツ、ピーマン、なす	南風原産
・牛肉	ウルグアイ ポーランド ニュー ジーランド オーストラリア	・はくさい	鹿児島 長崎 熊本 茨城
・じゃがいも	長崎 熊本 宮崎 鹿児島	・しめじ	福岡
・にんじん	沖縄(糸満)	・えのきたけ、エリンギ	沖縄(今帰仁)
・だいこん	青森	・さつまいも	鹿児島
		・ズッキーニ	沖縄