



食育便り

令和8年3月13日 村上特別支援学校



だんだんと暖かい季節になってきました。3月は1年間の給食について振り返る月です。今年度の食生活をふり返し、新年度に向けて準備を行いましょう。

3月の給食目標

1年間の給食を振り返ろう！

1年間の自分の食生活を振り返り、できたところには○、できなかったところには×をつけて、チェックしてみましょう。

① 食事の前には忘れずに手洗いを
を行い、きれいなハンカチで
手をふきましたか？



② 感謝の気持ちをもって、「いた
だきます」や「ごちそうさま」の
挨拶ができましたか？



③ 食べず嫌いをせず、苦手な食
べ物にもチャレンジできましたか？



④ 汁物や飲み物で流しこまず、
よくかんで食べましたか？



⑤ 朝ご飯は毎日しっかり食べまし
たか？



⑥ 箸を正しく持って食べることが
できましたか？



⑦ みんなで協力して、準備と
後片付けができましたか？



⑧ おやつは量や時間を決めて、
食べ過ぎないように気を付け
ましたか？



できなかったところは、
来年度に生かせるように
しましょう！



給食ライフライン

3月は、高等部3年生の希望献立を実施しています。12年間の学校生活の給食も残りわずかとなりました。最後まで楽しく食べてもらえたらうれしいです。

3/16(月)

ごはん、きのこ汁、ハンバーグ、
ポテトサラダ、牛乳

3/17(火)

ごはん、酒粕汁、豚肉の生姜焼き、
ほうれん草のごま和え、
バニラアイス、牛乳



1年間、いろいろな献立を考えてくれて、ありがとうございました。来年度の希望献立もお楽しみに♪



1年間、ありがとうございました！

卒業生のみなさん、ご卒業おめでとうございませう。卒業しても給食のことを忘れず、日々の食事を大切にしてお過ごしてくれらうれしいです。在校生のみなさんは、4月からもよろしくお願ひします。

調理場へのお礼のお手紙をいただきました。みなさん、ありがとうございました！



1年間、給食運営にご協力いただき、ありがとうございました。来年度も調理場職員みなで力を合わせて、安心・安全でおいしい給食をお届けできるように、頑張っていきますので、よろしくお願ひします。

