

# 献立ひとくちメモ

1月11日(水)



新年あけましておめでとうございます。いよいよ最後の3学期の給食がスタートします。皆さんは楽しい冬休みを過ごせたでしょうか？また、冬休み中は『早寝・早起き・朝ごはん』を守り、1日3食きちんと食事をとることができたでしょうか？新型コロナウイルスやインフルエンザなどの感染症を防ぐには、きちんと手を洗うこと、食事をしっかり食べること、ストレスや疲れをためないように早く寝ることが重要です。

こまめに手洗い・うがいをし、しっかり食べて免疫力（風邪に負けない力）を高め、3学期も引き続き感染予防を心がけながら楽しい給食時間を過ごしましょう。