

# 献立ひとくちメモ

1月9日(木)



今年も  
よろしく  
お願ひ  
します！

新年あけましておめでとうございます。  
います。いよいよ最後の3学期の

給食がスタートします。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で、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、たくさん食べて免疫力を高め、3学期も感染予防を心がけ



今年巳(へび)年！

へびは、食べるときに獲物を丸のみしますが、皆さんは、よくかむことを意識して味わって食べましょう。



ながら楽しい給食時間を過ごしましょう。