

今日の給食

☆ 6月4日 火曜日 ☆

シュガーパン カレービーンズ
かみかみサラダ 河内晩柑 牛乳

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。みなさんは、食べ物を口に入れてから飲み込むまでに何回くらいかんでいますか？よくかんで食べると、唾液が多く出て、食べ物をおいしく感じられるだけでなく、口の中の病気を予防したり、消化を助けてくれたりします。今日の「かみかみサラダ」には、かみごたえのある『するめいか』が入っています。一口30回かむことを意識して、食べてみて下さい。



給食前は、しっかり手を洗いましょう！

◎今月の給食目標◎
「よくかんで食べよう」