

きゅうしょくしつからのお知らせ

れいわ ねん
令和6年

6月4日(火)

きょうのもりつけ

まめあじ なんばんづ
豆鯨の南蛮漬け ※4～6年生は2尾

さんしょく
三色おひたし

ざっくく
雑穀ごはん

こんさいじる
根菜汁



ぎゅうにゅう
牛乳

しっかり飲みきろう！

☆みそは新潟県
十日町の白井
農園から届きま
した。

ちよつと
メモ

きょう がつよっか と う か は くち けんこうしゅうかん
今日6月4日～10日は“**歯と口の健康週間**”です。じょ
うぶで健康な歯をつくるとともに、口の中の健康を守るため
には普段からちょっとした心^{こころ}がけが大切です。カルシウムな
どの**栄養素**をとることも大事ですが、よくかんで**食べる**こと
もとても大切なことです。歯は一生使わなければならないも
のですから、大切にしましょう。カルシウムをとるというこ
となら牛乳ですが、今日はかみ**応え**を意識したメニューと
して“**豆鯨の南蛮漬け**”を取り入れました。ごはんもきび、
あわ、黒米を加えた“**雑穀ごはん**”です。意識してよくか
んで食べるようにしましょう！！

きょう じ ば のうさんぶつ なごみ だいこん なかのうえん こまつな
今日の**地場農産物** **和ファーム**より大根、**中野農園**より小松菜です。