

きゅうしょくしつからのおしらせ

れいわ ねん
令和6年

11月8日(金)

きょうのもりつけ

ハヤシライス



きゅうにゅう
牛乳

☆にんじんは
にいがたけん どうかまち
新潟県 十日町
うすいのうまん
の臼井農園か
どろ
ら届きました。

まめ
豆コーンサラダ

ち
よ
っ
と
メ
モ

きょう がつようか は ひ は つく
今日11月8日は“いい歯の日”です。いい歯を作るた
め^{たいせつ}に大切なこと^{ひと}の1つに『かみ^{ごた}応えのある食べ物^{た もの}をよくか
んで^た食べる』ということがあります。また、栄養素^{えいようそ}ではカル
シウムをビタミンDやたんぱく質といっしょにとることが
大切^{たいせつ}です。そこで今日は“豆^{まめ}コーンサラダ”を取り入れ
ました。豆類^{まめるい}やコーンはかみ^{ごた}応えがあり、あごを鍛えてく
れます。今日は給食^{きょう きゅうしょくじかん}時間も短^{みじか}くなっていますが、そんな
とき^{とき}でも意識^{いしき}をしてよくかんで食べる習慣^{た しゅうかん}を身につけま
しょう。

☆きょう きゅうしょくじかん はや のこ た
今日はいつもより給食時間が早くなっていますが、しっかり残さず食
べましょう！