

がつ ここのか もく
6月 9日 (木) のこんだて 【かみかみ献立】

だいず ちくぜんに
大豆ごはん 筑前煮

さわにわん ぎゅうにゅう
沢煮椀 ぎゅうにゅう

ひとくち
一口メモ

がつよっか と う か は くち けんこうしゅうかん
6月4日から10日は、「歯と口の健康週間」です。みなさんは、歯を大切にして
いますか？ は むしほ じょうぶ しょくじ とき か た もの
歯が虫歯もなく丈夫だと、食事のときによく噛むことができ、食べ物を
おいしく感じるすることができます。きょうの給食は、噛みごたえのある「かみかみ
献立」です。しっかり噛んで食べてください。

【よく噛むといいこといっぱい】

- ① しょうか きゅうしゅう たす
消化・吸収を助けます。
- ② た ふせ
食べすぎを防ぎます。
- ③ のう かっぱつ
脳のはたらきが活発になります。

(クラス配布用 一口メモから)

