



6月7日(水)【かみかみ献立】 ごはん 牛乳 いかの天ぷら 天どんのたれ キャベツのしおこんぶあえ とん汁

6月4日から10日まで、歯と口の健康週間です。そこで給食でもよくかんで食べられるように「かみかみ献立」にしました。今日の噛みごたえのある食材は、いかの天ぷらとキャベツです。しっかりよく噛んで食べてください。柔らかく食べやすいものばかり選ばずに、食物繊維の多い野菜や海藻、きのこ、牛肉・豚肉などの噛みごたえのある食品を家でも積極的に取り入れて、たくさん噛むことを意識していきましょう。