

きゅうしょくつうしん

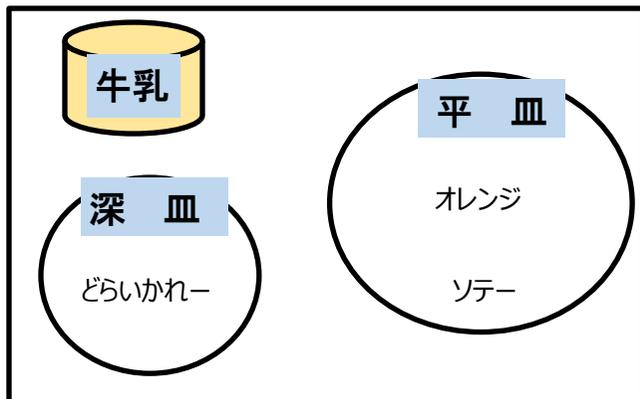
6月 3日(金)

ドライカレー

じゃがいもとベーコンのソテー

オレンジ

ぎゅうにゅう
牛乳



がつ きゅうしょくもくひょう
6月の給食目標は、

『よくかんで しょうぶな歯を作ろう』です。

よくかんで食^たべると、どんな良^よい事^{こと}があるでしょうか？よくかむことによ^たって、食^たべ物^{もの}を細^{こま}かくすりつぶすので、消^{しょう}化^か吸^{きゅう}収^{しゅう}が良^よくなり、
脳^{のう}の血^ちの流^{なが}れも良^よくなります。

他^{ほか}には、かむ回^{かい}数^{すう}が多^{おほ}いと満^{まん}腹^{ぷく}感^{かん}が得^えられ食^たべすぎを防^ふぐ、
だ液^{えき}がた^たくさん出^でて虫^{むし}歯^ばになりにくいなど良^よい事^{こと}がた^たくさんありま
す。

きょう
今日^{きょう}は、よくかんで食^たべる食^{しょく}材^{ざい}として、ピラフにごぼうを使^{つか}って
います。しっか^たりかんで食^たべましよう。