

6月10日（火）の給食

○献立

ゆかりごはん 牛乳 筑前煮

小松菜のアーモンドあえ



よくかむことには良いことがたくさんあります。歯やあごが強くなったり、消化吸収がよくなったり、脳への刺激になったりします。かんでいるときにこめかみを触ると動いていることが分かります。健康のためにも意識してよくかんで食べましょう。今日はかみ応えのあるごぼうやたけのこ、里芋が入った筑前煮です。