

6月9日の給食メニュー かみかみ給食

ご飯 カリカリ梅のまめまめサラダ 豆腐のチリソース 牛乳



エネルギーになるもの	体をつくるもの	体の調子を整えるもの
米(宇佐産) ノンエッグマヨネーズ でんぷん 春雨	牛乳(大分県産) 豆腐 豚肉(九州産) ツナ ミックスビーンズ	キャベツ(玖珠産) きゅうり(宇佐産) 梅 枝豆 ねぎ(宇佐産) 生姜 玉ねぎ(宇佐産) 人参(長崎県産)

☆ 栄養士のひとくちコメント ☆



今日はかみかみ給食の日です。よく噛んで食べるコツは、どんな味がするか意識しながら食べる、食べ物を飲み込もうと思ってから、さらに10回かむようにする、口の中の食べ物を飲み物で流し込まないようにする、などがあります。意識してやってみましょう。

