

12月6日 の給食メニュー

かみかみ給食😊

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・じゃがいものそぼろ煮
- ・ごぼうサラダ



体をつくるもの		エネルギーになるもの		体の調子を整えるもの	
牛乳	(大分県産)	ごはん	(宇佐市産)	人参	(長崎県産)
鶏肉	(宮崎県産)	じゃがいも	(北海道産)	干し椎茸	(由布市産)
ハム		砂糖		玉ねぎ	(北海道産)
厚揚げ		ごま		しらたき	
		ハンエッグマヨネーズ		枝豆	
				ごぼう	(北海道産)
				コーン	
				きゅうり	(鹿児島県産)



今月もおいしい給食をお届けします!

ぱくぱくだより

今日のかみかみ給食です。噛むことで食べ物が小さくなり体のなかに消化しやすくなります。それに脳が刺激されて勉強や運動の力もアップします。よく噛むと口の中がきれいになって、虫歯を防ぐこともできます。ゆっくりしっかり噛むことを意識してみましょう。

