

1月15日 の給食メニュー

かみかみ給食😊

- ・コッペパン
- ・牛乳
- ・ミートボールのケチャップ煮
- ・小松菜のCa和え
- ・マーマレードジャム



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)	コッペパン (宇佐市産)	しめじ (福岡県産)
ミートボール	サラダ油	玉ねぎ (北海道産)
豚肉 (九州産)	マーマレードジャム	人参 (熊本県産)
チーズ	じゃが芋 (熊本県産)	マッシュルーム
ちりめん		トマト水煮
		小松菜 (熊本県産)
		キャベツ (福岡県産)



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を実施します。みなさんは1回にどれくらい噛んでいますか？噛むことは健康の基本となる大切な行動です。食べ物をよく噛むことで食べ物が細かくなり消化しやすくなります。また噛むたびにだ液がたくさん出ること、虫歯を防ぐ効果もあります。今日も一口10回は噛んでみましょう！

