



1 1 月 8 日は 1 1 (いい) 8 (歯) の日



健康な歯でいるために、給食ではよく噛んで食

べる食料を使った献立にしました。食料をよく噛

んで食べると、虫歯の予防につながったり、消化が良

くなるなど、歯にもからだにも良いことがたくさん

あります。普段から意識してよく噛むように

しましょう！ (一口に30回位噛みましょう)





ガーリックとシナモン^{にしよく}の二色フランス、ミートボールトマトシチュー、果物^{くだもの}(りんご)