

グラントーストは、<sup>しょく</sup>食パンに手作りのホ

ワイトソースとチーズをのせて焼いた料理で

す。<sup>ぎゅうにゅう</sup>牛乳やチーズなどの乳製品には、<sup>にゅうせいひん</sup>

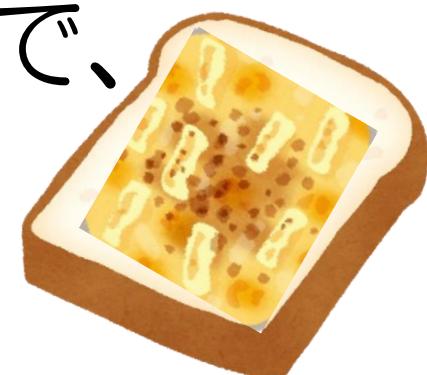
成長期には欠かせない骨や歯を丈夫にする力

<sup>せいちゅうき</sup>成長期には欠かせない骨や歯を丈夫にする力  
<sup>か</sup>骨  
<sup>ほね</sup>歯  
<sup>は</sup>丈夫  
<sup>じょうぶ</sup>

ルシウムが豊富に含まれています。

食パンの耳の部分は少しかたいので、

よく噛んで食べましょう！





グラタントースト、ゴロゴロ野菜ポトフ、フルーツサイダーゼリー