

5月のこだわり給食



5/8 (金) ゴーヤーの日

5/8は語呂合わせでゴーヤーの日でした！

給食ではゴーヤチャンプルーを提供し、全員完食することができました✧



5/19 (火) 食育の日 (世界の料理：スペイン)

毎月19日にある食育の日にスペイン料理を提供しました。

スペインの伝統的なスープでにんにくをたっぷり使った「ソパ・デ・アホ」を紹介しました！

🦷 🦷 6/4~6/10は「歯と口の健康週間」です 🦷 🦷

どんなにおいしい食事でも、歯が健康でないとよくかんで味わうことができず、

おいしさが十分に感じられなくなってしまいます。。

また、虫歯をそのままにしておくと体の中に虫歯の菌が入り、大きな病気のきっかけにもなります。

虫歯がある人は早めに治して健康な歯と口を保てるよう、毎日の食べ方にも気を付けましょう！



けんこう は たも

健康な歯を保つためのポイント

<p>しよくじ 食事はよくかんで た 食べましょう</p>	<p>しよくひん いろいろな食品をバランス た よく食べましょう</p>	<p>た の だらだら食べたり飲んだり するのはやめましょう</p>	<p>た あと は 食べた後は歯みがきを しましょう</p>
---	--	--	--

6/4(木)~6/10(水)の給食では歯と口の健康週間に合わせて、カミカミ献立や

カルシウムアップ献立を提供します 🍌 ✧

いつも以上にかむことを意識しながら給食を食べてみてくださいね 🦷

