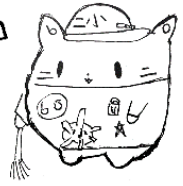




ランチ通信^{つうしん}



きょう
今日のこんだて

- な
・じゃこ菜ごはん
- まめ ま
・豆あじ丸ごとあげ
- や ふうに
・すき焼き風煮
- ・かみかみあえ

ぎゅうにゅう
・牛乳



6月4日～10日は「^がつ^{にち} 4日～10日は「^{にち} 歯と口の健康週間」です。今日^{きょう}のメニューは^は 歯を^は 丈夫にする^{じょうぶ} カルシウムたっぷりの^{ちりめん} ちりめん^{じゃこ} じゃこが入った^{はい} じゃこ菜ごはん^な と^{ほね} 骨ごと^た 食べられる^{まめ} 豆あじ、そして^か 噛み^{ごた} 応えのある^{はい} するめい^か かが入った^{はい} かみかみあえ^か です。しっかり^か 噛んで^た 食べると^{しゆ} 集中^{うちゅうりよく} 力が^{たか} 高まったり、^{きんにく} あごの^{けつりゅう} 筋肉の^ふ 血流^{あたま} が増えるので^{こと} 頭^{こと} が^{いじょう} すっきり^か したりする^た など^{こと} よい^{いしき} 事が^{いしき} たくさん^{いしき} あります。今日^{きょう} の^{きゆうしよく} 給食^{いじょう} は^か いつも^た 以上に^{こと} 噛んで^{いしき} 食べる^{いしき} 事を^{いしき} 意識^{いしき} しましょう。

