

6月 2日 (金)

今日の給食

★今日の食材の産地★

皿の位置に注意しよう！



食材名	産地名
おきめだい	ニュージーランド
ちりめんじゃこ	広島・香川・愛媛
ぶたにく	埼玉
しょうが	高知
にんじん	千葉
たまねぎ	兵庫
もやし	福島
きゅうり	東京
こまつな	東京
だいこん	東京
ごぼう	埼玉
きりぼしだいこん	宮崎
もちきび	熊本・北海道
もちあわ	熊本・北海道
げんまい	長野

6月4日～10日は**6（む）4（し）**の語呂合わせで“虫歯を予防して歯と口の中を健康にしよう！”という活動のひとつ『歯と口の健康週間』です。歯と口の中が健康になると病気の予防にもなり、からだ全体の健康にもつながります。

今日の給食は一足お先に、よく噛むことで唾液を出し、歯や口の中を健康にする料理ばかりの**かみかみメニュー**となっています。特に「五穀ゆかりごはん」や「かみかみサラダ」には噛みごたえのある**玄米・雑穀・切干大根**、カルシウム豊富な**ちりめんじゃこ**などが入っているので、食べる時には自然とよく噛むようになるはずですよ！

来週も元気で楽しい1週間となるよう、今日はいつもよりしっかりと噛んで、モリモリと残さず食べてくださいね◎