

6月4日(水)

★今日の食材の産地★

今日の給食



食材名	産地名
ちりめんじゃこ	香川・広島・愛媛
するめ	北海道
こんぶ	北海道
のり	熊本・兵庫
だいず	北海道
しょうが	高知
ごぼう	埼玉
にんじん	埼玉
さやいんげん	千葉
もやし	栃木
きゅうり	千葉
たまねぎ	佐賀
こまつな	東京
きりぼしだいこん	みやぎ 宮崎

お皿の位置に注意しよう!

6月4日～10日までは“歯の衛生週間”です。歯と口(の中)が健康だと、からだも元気でいられます。

今日の給食は、よくかんで食べる“かみかみこんだて”です！よくかんで食べることは、だ液がたくさん出て、歯を強くし、虫歯の予防にもつながります。「かみかみごはん」や「かみかみあえ」「かりかり大豆」は、じゃこ・するめ・こんぶ・切り干し大根・いり大豆など歯ごたえのある食べものが入っています。

また「骨太みそ汁」は、牛乳とこまつな入りなので歯や骨を強くするカルシウムもたっぷりですよ♪