

＜3つの食品グループと多くふくまれる栄養素＞

Table with 4 columns: Food Group, Energy, Body Building, and Body Regulation. Includes icons for protein, carbohydrates, lipids, and vitamins.

給食の前は、清潔にして、ハンドソープできれいに手を洗い、アルコール消毒をしてから食べるようにしましょう。



☆材料購入の都合により献立を変更することがあります。

Main menu table with columns for days 4, 5, 8, 9, 10, 11, 12, 15, 16, 17, 18, 19, 22, 23, 24, 25, 26. Each day includes a meal name, kcal, and a list of ingredients.



Main menu table (continued) with columns for days 8, 9, 10, 11, 12, 15, 16, 17, 18, 19, 22, 23, 24, 25, 26. Each day includes a meal name, kcal, and a list of ingredients.



かむことの効果

- ①消化を助ける
②脳の働きをよくする
③むし歯を防ぐ
④肥満を防ぐ



よくかむと、体によいことがたくさんあります。食事の時には、しっかりかんで食べるようにしましょう。

6月4日～10日は、歯と口の健康週間です。食べた後は、歯みがきをしっかりとしましょう。給食もよくかんで味わって、食べてくださいね。