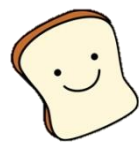


噛むカムDay



今日の給食



- 牛乳
- カラフル焼肉丼
- ぱりぱりサラダ

感染症予防のため、できるだけスプーンをつけています。スプーンで食べる丼ぶりやめん料理は、つかきこんだり、あまりかまないで食べてしまいがちです。一口ずつ、意識してよくかんで食べるようにしてください。よくかむと、満足感を感じやすく、食べすぎを防ぐこともできますよ。