



今日の給食



- 牛乳
- じゃこ高菜チャーハン
- いかのねぎソースかけ
- 豆腐と春雨のスープ

今日は噛むカムDAYです。よく噛むことを意識するよう、あえて少し大きめの切り身のいかをだしています。よく噛むためのポイントは一口の量を少なくして、口に入れた食べ物を飲み込んでから、次の一口をいれることです。