

# 噛むカムDay



# 今日の給食



- 牛乳
- 小松菜チャーハン
- はたはたのから揚げ
- 鶏ささみスープ

三中では、毎月「8」のつく日は、「噛むカムDay」として給食に噛みごたえのある食材をだしています。今日は、「はたはた」という小魚のからあげです。骨まで食べることができて、カルシウムもたっぷりです。一口ずつよくかむことを意識して食べてくださいね。