



今日の給食



- 牛乳
- ご飯
- のりのつくだ煮
- じゃがいものそぼろあんかけ
- かみかみサラダ

今日は、歯科検診がありましたね。
歯と口の健康のためには、毎日の歯みがきと合わせてよくかんで食べることが大切です。やわらかいものばかりを食べていると、かむ力がおとろえてしまいます。かみごたえのあるものを日ごろからよくかんで食べてくださいね。