

# 噛むカムDay



# 今日の給食



- 牛乳
- 小松菜チャーハン
- 中華スープ
- いかと大豆の炒り煮

三中では、毎月「8」のつく日は「かむかむデー」です。噛みごたえのある食材やメニューが給食に登場します。給食時間の放送では、歯の健康に関する情報や歯磨きソングが流れるので、耳をかたむけながら、よく噛むことを意識して食べるようにしてください。