

歯と口の健康週間



今日の給食



- 牛乳
- ガーリックトースト
- ポークビーンズ
- シーザーサラダ

今日は、カリカリのガーリックトーストをよくかんで食べましょう！
よくかんで食べるためのコツは、
口の中の食べ物を水分で流しこまないようにすることです。牛乳は、
口の中が空になってから一口ずつ
飲むようにしましょう。