

11月7日(月)

は ひ きゅうしょく
いい歯の日給食

あおいんごグミ

アンサンブルエッグ

チキンライス

アレルギー対応食
ハムステーキ

ゆでやさい

ちさんちしょう
地産地消

きょう とくじらまち しょくざい
今日の徳次郎町の食材

こめ

きょうの給食メモ

いい歯の日...

つぎ ひ がっ か は ひ きょう
次の日の11月8日が「いい歯の日」ということで、今日は、
グミを食べました。かなり歯ごたえがあり、しっかり噛まないと、
飲み込めない固いグミでした。

さいきん は やわ ひと けいこう
最近、柔らかいもののおいしさの一つとなる傾向にあり、
固いものが敬遠されています。食事での噛む回数が、どんどん
減っていることが問題としてよく取り上げられます。

いつもの食事では、なかなか噛む回数を増やすことは難しい
ので、するめや煮干し、昆布など努めて、固いものを食べるよ
うにできるといいですね！

か せいちょうき こ はついく は
噛むことは、成長期の子どもたちにとって、あごの発育や歯
の健康などよい効果がたくさんありますよ。