

令和7年6月3日（火）の給食



☆献立名

- ・ごはん
- ・まんぞくコロッケ
- ・野菜炒め
- ・たけのこのみそ汁
- ・牛乳



今日の「歯（は）ッピーカミカミメニュー」は野菜炒めとたけのこのみそ汁です。

よくかむと、あごの筋肉が動いて、脳への血流がアップします。記憶力もよくなります。

かむ時は、背筋を伸ばして足をしっかり地面につけると、脳への刺激が高まり、だ液の分泌も多くなるそうです。

よくかむように枝豆を入れた野菜炒めは、調理員さんたちがシャキシャキおいしく作ってくれました。みそ汁も、たけのこやワカメの食感がサクサクシャキシャキとかみごたえがありました。

令和7年6月4日（水）の給食



☆献立名

- ・かみかみ豚丼
- ・えのきのみそ汁
- ・サワーゼリー
- ・牛乳



6月4日～10日までは「歯と口の健康週間」です。よくかんで食べる事によって、唾液の分泌が多くなります。唾液は、口の中の環境を整えるのに大切な働きをしています。

今日の「カミカミメニュー」は名前の通り「かみかみ豚丼」です。

豚肉・ごぼう・たけのこ・しいたけ・大豆・ピーマン・たまねぎ・突きこんにゃく・ごまが入っていました。