

令和7年10月28日(火)の給食



☆献立名

- ・ごはん
- ・あかうおの照り揚げ
- ・ごしきあえ
- ・もやしのみそ汁
- ・牛乳



背筋を伸ばし、姿勢よく食べることは、マナーがよいだけでなく消化にもよいです。

背中を丸めたり、足を組んで食べたりすると、胃腸が圧迫されます。

また、あごの位置が安定し、かむ力が均等にかかるため、食べ物をしっかりかみことができます。