

7/20(月) 今日の給食一口メモ

今日の一口メモは、「**今二小さい歯の日**」についてです。

今日は「今二小さい歯の日」です。今日は骨ごと食べられる「さんまかぼすレモン煮」と歯ごたえのある鶏肉やごぼうが入った「田舎汁」にしました。

かむことは、とてもたくさんの良い効果があります。虫歯を予防すること、歯ならびをよくすること、頭の働きが良くなること、食べすぎを防ぐこと。

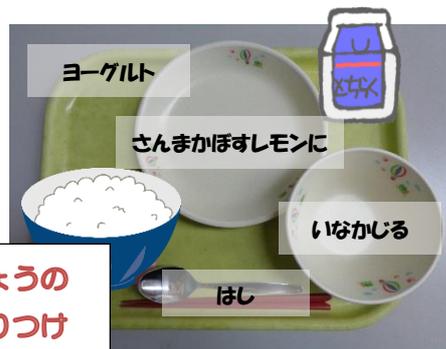
そして今日はもう一つかむと良いことを紹介します。

…それは「笑顔が美しくなる！」ということです。

口を動かすことで、表情が豊かになり、

美しい笑顔が生まれるそうです。

よくかんで食べましょう。



7/21(火)今日の給食一口メモ

今日の一口メモは、「**給食のパン**」についてです。

今日のパンは、ミルクパンです。給食のパンは、学校では作っていません。パンの工場で

作られたパンを、パン屋さんが運んでくれます。

また、揚げパンのように、パン工場から来たパンを、給食室で調理するものもあります。

給食のパンは、みなさんの体の成長を考えて、スーパーなどで売られているものより

栄養が多く含まれていたり、余分な添加物が

入ってなかったり工夫されています。

