

6月4日
6月10日

歯と口の健康週間

給食でも
6月2日～6月6日に、
かむかむ食材が
登場するよ!

歯や口の中の健康を見直す一週間だよ。
丈夫な歯でよく噛んで食べることは、一生を
健康で過ごすためにとても大切なことだよ!

3日(火)
もち玄米いりごはん
もちりとした
プチプチ食感が特徴!

3日(火)
さくっと
こんばい
こんばいの
うまみが
いっぱい!

2日(月)
いか
ごもく汁に
入っているよ!

5日(木)
えだまめ
若い大豆
のこと
だよ!

5日(木)
とうもろこし
ビタミン類が
たくさん
入っているよ!

5日(木)
さつまいも
スティック
油で揚げた
カリカリに!

6日(金)
ごぼう
食物繊維
たっぷり!

6日(金)
いももち
モチモチした
食感だよ!

4日(水)
くきわかめ
ミネラルが
たくさん
入っているよ!

食べ物の
消化を
助ける!

頭の働きを
良くして
集中力アップ!

歯の病気を
防ぐ!

よく噛むことの良きこと

食べすぎを
防いで
肥満予防!

言葉の発音が
はっきりする!

歯やアゴの骨を
発達させる!

よく噛んで
食べてね!
給食
センターより☆
(第2)

歯と口の健康週間について分かったかな? 感想を書いてね!

令和7年6月()日() () 小学校()年()組