

Table with columns for Date, Day, Meal, Ingredients, and Nutrition. It lists daily meals from June 2nd to June 30th, including items like rice, meat, vegetables, and fruits, along with their respective nutritional values.

今月の目標「よく噛んで残さず給食を食べましょう」

○印のある日は、おはしと一緒にスプーン・フォークをお持ちください。
○印のある日は、「手作りおやつの日」です。
○お茶は「煎茶」になります。

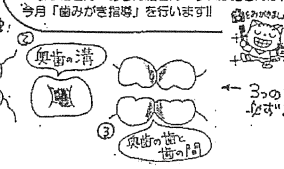
6月は「歯磨き月間」
毎月19日は「歯磨きの日」
「食育」とは、食に関する知識と食を選択する力を習得し、健全な食生活を営むことができる人間を育てることです。

※月平均栄養価
※20日(金)お弁当の日
※19日(木)お誕生会お楽しみ給食
※25日(水)給食
※20日(金)お弁当の日

6月4日は虫歯予防デー
6月4日~10日は「歯」の衛生週間
子どもの「乳歯」の下には「永久歯」があります。乳歯が虫歯になってしまつたら「永久歯」まで影響がでてしまいます。

歯み方チェック
1. 口に食べ物を入れてよく噛みつぶす
2. 噛みつぶすときに、舌が唇からスプーンを抜きます
3. 噛みつぶすときに、舌が唇からスプーンを抜きます

よく噛む時に気をつけたいポイント
お肉類(特に成型肉)は十分な加熱が必要で、中心部温度が75℃以上で1分間以上、加熱しましょう。



今月の利用種、県内産、旬の食材の献立
○とってなげ汁 ○刺身用のシメジ(肉内のシメジ類にのみ)
○刺身用のシメジ(手作りおやつの日以外にのみ)

5月20日(火)お誕生会お楽しみ給食
お誕生会お楽しみ給食
お誕生会お楽しみ給食