



きゅうメール

【日にち】 6月12日(金)

小5中止

【こんだて】

しゅじょく 主食
はん ご飯
しゅさい 主菜
はるまき 春巻
ふくさい 副菜
てづく とりだんご 手作り鶏団子のスープ
もやしのナムル
た その他
ぎゅうにゅう 牛乳

【配膳図】



【今日の地産地消】

ちづちょうさん こめ
智頭町産:米

とっとりけんさん きゅうにゅう とりにく とうふ
鳥取県産:牛乳、鶏肉、豆腐、チンゲンサイ

【給食センターより】

は くち けんこうしゅうかん すいようび お
歯と口の健康週間が水曜日に終わりました。

よくかんで食べることは、歯並びも良くなる、食べ物の味が分かるようになる、
食べ物の栄養も体に吸収されやすくなる、脳にサインが送られ、記憶力もアップ
します。よいことづくめですね。

また、一生自分の歯で、食事をすることができると楽しく暮らしていくことが、
できるとも言われています。健康に過ごしていくためにも、しっかりかんで食べることを
身につけていきましょう。