

～きゅうしょくしつだより～

はらぺこ

こんだて きゅうにゅう あおまめ はん
 きょうの献立は「牛乳・青豆のごまご飯・イワ
うめに こんさい みそしる
シの梅煮・かみかみするめサラダ・根菜の味噌汁」
 です。

がつ か むしばよぼう けんこう は
 6月4日は「虫歯予防デー」です。健康な歯をつく
 か きゅうにゅう
 るのに欠かせないカルシウムは、牛乳やヨーグ
 にゅうせいひん ほね た こざかな
 ルトなどの乳製品、骨ごと食べられる小魚、
 だいずせいひん おお ぶく
 大豆製品などに多く含まれています。また、かた
 た はったつ
 いものをよくかんで食べると、あごが発達して
 じょうぶ は つく た
 丈夫な歯が作られます。よくかんで食べましょう！