令和５年　６　月　６　日（　火　）

今日の南中給食

メニュー

- カミカミご飯
- いかの香味焼き
- 野菜のごま和え
- 根菜味噌汁
- 牛　乳

今日の栄養メモ

毎年、６月４日から１０日は「歯と口の健康週間」です。日本歯科医師会と厚生労働省が、口の中の健康を守るために啓発活動を行っています。昔は「むし歯予防デー」という名前でキャンペーンをしていましたが、むし歯、いまは「う歯」といいますが、それ以外の問題も増えてきたので、「歯と口の健康週間」という名前でキャンペーン活動をするようになりました。

今日は、よくかむメニューです。よくかむことは、口の中の健康だけでなく、体全体の健康に役立ちます。しっかり食べて、午後の種目もがんばってください。