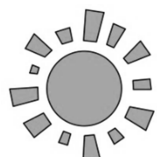


令和6年 6月6日(木)



# 今日の南中給食



は くち けんこうしゅうかん こんだて  
「歯と口の健康週間」献立

## メニュー

- ご飯 (しゃもじ)
- 小魚佃煮 (ご飯にのせる)  
(はさみ)
- 肉豆腐 (お玉)
- ひじきのごま梅酢和え  
(ぎざお玉)
- 牛乳



## 今日の栄養メモ

今日のご飯がお椀になります。  
小魚つくだ煮は、写真のようにご飯に  
のせてください。

今日は「歯と口の健康週間」献立パート2です。

丈夫な歯をつくるミネラルやタンパク質が多いメニューです。

このキャンペーンでは、毎年標語を掲げていますが、今年の標語は

「歯を見せて 笑える今を 未来にも」です。

歯の健康を守り、自分の歯でしっかりかむことは、食べ過ぎを

防ぎ、消化がよくなって、消化器官に負担をかけにくくなるなど

全身の健康を守り、長生きすることにもつながります。

いつまでも、きれいな歯のすてきな笑顔でいたいですね。