

# ランチメール

きょう 今日のこんだて

6.3

- ・ビビンバ
- ・わかめスープ
- ・れいとうみかん
- ・牛乳

がつ とおが ば くち けん こう しゅう かん  
6月4~10日は歯と口の健康週間!

きゅうしょく  
給食ではよくかんで食べてもらいたい

はい  
かみかみメニューが入ったこんだてが7日  
なのか  
まで出ます。今日はビビンバです!

や さい  
たくさんの野菜やカリカリのアーモンドを  
よくかんでください



よくかんで食べると...

- ・食べすぎやムシ菌をふせぐ
- ・食べものの味がよくわかる

からだ  
など、体にいいことがたくさん!

