

給食だより

★かむことの効果★

- ①肥満予防
- ②味覚の発達
- ③言葉の発音がはっきり
- ④脳の発達
- ⑤歯の病気を防ぐ
- ⑥胃腸の働きをよくする
- ⑦歯を食いしばることで、全身の体力向上

★よくかむためには★

- ・食べるときの姿勢は、背筋を伸ばしてまっすぐ、きちんと座る
- ・一口15～30回を目安に、よくかんで食べる
- ・飲み物やしる物などの水分で流しこまない
- ・食事中は、「食べること」「かむこと」に集中する



みなみしたろう
ちょうりじょう

4月

今年度から ★印の日に、
小学校1年生には、スプーンが付きます！



月	火	水	木	金	
<p>ご入学・ご進級おめでとうございます☆</p> <p>春の花も咲きそろい、希望に胸をふくらませ、新しい学年がスタートしました。 給食は「南下浦調理場」で作られ、みなさんのもとに届けられます。安全でおいしい給食になるように、旬の食べ物や三浦で取れた食べ物を使って、おいしい給食を作っていきます。楽しみにしててください。</p>					
	<p>15</p> <p>おぼしだいんのごめえ ぎゅうにゅう</p> <p>ぶたどん みそしる</p>	<p>16</p> <p>フロッピーサラダ ぎゅうにゅう</p> <p>ロールパン ビーフン</p>	<p>17</p> <p>おじのナゲット(小23 中32) ぎゅうにゅう</p> <p>きんぴらごぼろ</p> <p>ごはん かきたまじる</p>	<p>11</p> <p>はるさめサラダ ぎゅうにゅう</p> <p>かんこくのみ ぎゅうにゅう</p> <p>ごはん はっほうさい</p>	<p>12</p> <p>ツナサラダ ぎゅうにゅう</p> <p>くろパン グラタンに</p>
	<p>22</p> <p>マカロニサラダ ぎゅうにゅう</p> <p>ソフトフランス ポトフ</p>	<p>23</p> <p>★ もやしサラダ ぎゅうにゅう</p> <p>ごはん マーボー豆腐</p>	<p>24</p> <p>★ ごもくにまめ ぎゅうにゅう</p> <p>くろパン きつねうどん</p>	<p>18</p> <p>★ フルーヨーグルト ぎゅうにゅう</p> <p>くろパン スパゲッティ/ター</p> <p>☆小学校1年生給食スタート☆</p>	<p>19</p> <p>カレーライス わかめサラダ</p>
	<p>29</p> <p>しょうわの日</p>	<p>30</p> <p>千キンカツ ポテのカレーいため</p> <p>サンドパン ミネストローネーフ</p>	<p>25</p> <p>キャベツハンバーグ ジョア(フレーン味)</p> <p>のりふりかけ</p> <p>ごはん とんじる</p>	<p>26</p> <p>ヨーグルト ぎゅうにゅう</p> <p>ビビンバ ワンダンスーフ</p>	
<p>がっこうきゅうしよく 学校給食の7つの目標</p>					
<p>④自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する</p> <p>⑤食生活が多くの人々の勤労に支えられていることを理解し、感謝する</p>		<p>⑥伝統的な食文化を理解する</p>		<p>⑦食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する</p>	