

令和元年6月 給食献立表



おいしく食べるためのむし歯予防

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。子どもの頃から歯と口が健康であることは大切です。

むし歯を作らない食べ方は、①食事や菓子は時間を決めて食べる、②よく噛んで食べる、③糖分の多い飲み物を水代わりにしないなどがあげられます。そのほか、夜寝る前の仕上げ歯磨きも忘れずに行ってくださいね。



Table with 10 columns: 日曜日, 献立名, 3時のおやつ, 賞の仲間, 赤の仲間, 緑の仲間, 献立名, 賞の仲間, 赤の仲間, 緑の仲間. It lists daily menu items and ingredients for a year in 2019.

よくかもう かみかみ ごっくん じょうずかなあ てらい ぴかぴか しょくじのまえに