

11月 8日（金）

今日の給食

今日の給食は、

- 麦ごはん
 - いかのしょうが焼き
 - 貝だくさんみそ汁
 - 切干大根の煮物
 - 牛乳
- です。



【使用食材の産地】

たまねぎ（北海道） じゃがいも（北海道） にんじん（北海道） しょうが（高知県）
ねぎ（青森県） ごぼう（埼玉県） さやいんげん（茨城県） 切干大根（宮崎県）
いか（ペルー）

今日11月8日は語呂合わせで『いい歯の日』です。そこで、かみごたえのある食べ物を献立に取り入れました。普段の食事の時、ひと口で何回くらいかんでいますか？数回かんですぐ食べ物を飲み込んでいる人は、もう少しかむようにすると歯のためにも消化のためにも良いですよ。