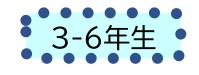
6月4日(水)給食通信





- ·山坂達者飯
- ・きびなごのから揚げ
- ・おひたし
- ・なめこ汁
- ・牛乳

6月4日から10日は歯と口の健康週間です。丈 夫な歯でしっかりと噛んで食べる習慣をつけると 運動能力や勉強する力がアップするといわれて います。山坂達者飯の「やまさかたっしゃ」とは 、江戸時代の薩摩藩、今の鹿児島県で、心や体を 鍛えるために作られた言葉の1つです。山坂達者 「歯やあごを鍛える」ためのご飯です。大 豆やさつまいも、ちりめんじゃこを油でカラッと 揚げて、甘辛のたれであえ、ご飯に混ぜました。 今日のメニューは特に、よくかむことを意識して 食べてみてください。