

カミカミメニュー①



令和3年6月4日(金)

- ・カミカミごはん
- ・わかさぎの竜田揚げ
- ・切干大根とひじきのサラダ
- ・大きめ野菜の豚汁
- ・牛乳

6月4日から10日は、
歯と口の健康週間です。

今年度の標語は

一生を 共に歩む 自分の歯

です。歯と口の健康と「食べること」は切り離せません。カルシウムを含む食品を積極的にとって歯を丈夫にする、かみごたえのあるものを食べるようにして歯やあごを鍛えるなど、ぜひこの機会に、日頃の食生活も見直してみま

