

今月の献立のねらい「歯に良い食事を知ろう」



6月4日から6月10日は、「歯と口の健康週間」です。歯は、食べたり飲んだりするほかに、話したり力を入れる時にいしばったりなど、生きていくうえでとても大切な役割を果たしています。歯に良い食事について考えてみましょう。

①歯を丈夫にするカルシウムを多く含む食品



②かみごたえのある食品



八代市西部学校給食センター(あおぞら幼・松高小・八千把小・八代小・郡築小・昭和小・四中・七中)

Main table with columns for Day, Menu Name, Ingredients, Nutritional Info (Energy, Protein), and Notes. Rows include various meals like 'One-plate steak', 'Colorful vegetable minichicken', etc.

☆学校行事等によって、給食の対応が異なる場合がありますので、ご不明な点がございましたら、各学校へお問い合わせください。また、献立は都合により変更する場合があります。