



給食だより

平成30年11月

太田市立休泊小学校



歯を大切にしていますか？

こんな食生活はむし歯の原因になってしまいます！



・甘い菓子や飲み物の
だらだら食べ



・歯みがきはめんど
うだからしない



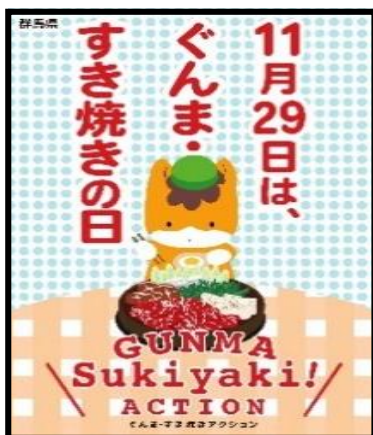
・あまりかまなくても
食べられるやわらか
い食べ物が好き

献立表にのっている

【〇の〇 歯によいおかず券】とは？

9月30日までに、歯の治療率 100%になったクラスは、「歯によいおかず一品考える券」が渡され、クラスで考えたおかずが給食に登場します。11月8日（いい歯の日）にちなみ、11月の給食に提供することにしました。歯を丈夫にする**カルシウムを多く含んだり、かみごたえがある食品**を組み合わせ考えてくれました。

- 1の1 あさりとわかめのみそしる（あさりやわかめは、かみごたえがあるよ）
- 2の1 りんご（丈夫な歯じゃないと食べられないね）
- 3の2 とんじる（かみごたえのある根菜（ごぼう・だいこん・にんじん）たっぷり！）
- 6の1 チーズサラダ（チーズはカルシウム豊富）
- 6の3 ちゃんぽんめん（いかや豚肉などは、かみごたえがあるね）



ぐんま・すき焼きアクションに 参加しています

群馬県では、11月29日を「いいにくの日」にちなんで、「ぐんま・すき焼きの日」としています。すき焼きは、全ての食材が群馬県産でまかなえる料理です。群馬県ならではのおもてなし料理となるよう、県をあげてプロジェクトを立ち上げています。

給食でも「すき焼き風煮」が登場します。群馬県産の豚肉と野菜をたくさん使ったすき焼きになっています。お楽しみに♪

