



きゅうメール

【日^ひにち】

6月4日(水^{すい})

はくちけんこうしゅうかん
歯と口の健康週間

【こんだて】

しゅしよく
主食

はん
ご飯

しゅさい
主菜

あまいた
キャベツの甘^{あま}がら炒^{いた}め

ふくさい
副菜

しる
わかめのみそ汁

スパゲッティサラダ

た
その他

ぎゅうにゅう
牛乳

しよくろまめ
1食黒豆



はいぜんず
【配膳図】



きょうちさんちしょう
【今日の地産地消】

ちづちようさんこめあやき
智頭町産:米、みそ(綾木さん)

とっとりけんさんぎゅうにゅう
鳥取県産:牛乳、豚肉、こまつな、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、たけのこ、

きゅうり

きゅうしよく
【給食センターより】

きょうはくちけんこうしゅうかん
今日から歯と口の健康週間です。

くろまめ
デザートに、黒豆をつけました。

くろまめすこかた
黒豆は少し硬いので、よくかんで食べてくださいね。

さてクイズです。

Q:よくかんで食べると、体^{からだ}のどこの働きが活発^{はたら}になりますか?

つぎえら^{のう}め^{あし}あいだ
次の3つから選んでください。①脳②目③足…(間をおいて)

こた^{のう}た^{のう}きおくりよく
…答えは①の脳です。よくかんで食べることで、脳のはたらきの、記憶力や

しゅうちゅうりよく^{たか}い
集中力が高まると言われています。