

# 11月7日(火) は よ 歯に良いこんだて

11月8日は「118」の語呂合わせで、「いい歯の日」です。

給食では、1日早い「歯に良いこんだて」が出ます。

よくかんで食べて、健康な歯をつくりましょう。

きょう  
今日のこんだて

• ごはん

ぎゅう  
• 牛にゅう

★ししゃものてんぷら

★ごぼうナッツサラダ

• じゃがいものみそ汁



★しるしのこんだては、よくかんで  
食べることを意識してみましよう

