

5月25日(火) かみかみメニュー



【献立名】

麦ごはん、牛乳、
かつおのかりんと揚げ、
ほうれん草のおひたし、
みそけんちん汁、
冷凍パン

【ひとくちメモ】

今日の献立はかみかみメニュー
です。

今年度からかみかみメニュー
の日には麦ごはんにな
ります。

麦には食物繊維が
豊富で噛み応えがあ
ります。

よく噛んで食べることで
栄養素が吸収しやす
くなります。

