

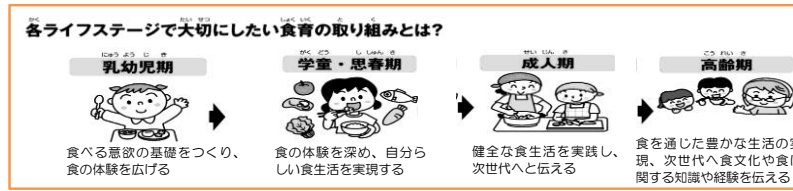


Main menu table with columns for date, meal name, ingredients, and energy value. Includes special notices for June 4-10.



6月は食育月間(しょくいくげっかん)です
毎年6月は、国が定める「食育月間」です。平成17年に制定された「食育基本法」では、「子どもたちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくためには、何よりも『食』が重要である」とした上で、食育を、「生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの」様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てる」と位置付けています。

6/4~6/10 歯と口の健康週間
歯と口の病気を防ぐ食生活のポイント
よくかんで食べる、おやつは量と時間を決める、食後はしっかりと歯をみがく、栄養バランスの良い食事をとる



6月4日~10日「歯と口の健康週間」
目安は一日30回
しっかりよくかんで食べよう!
あごや歯の発育の助けに
よくかむと... 虫歯や肥満の予防
集中力・記憶力アップ