

11月

1日(火)



リクエスト給食の日



「ごはん・若どり唐揚げ・牛乳」と一緒に食べたい温食を給食の献立の中から記入してもらいました。

※副菜(野菜のおかず)は、決まった温食によってかわります

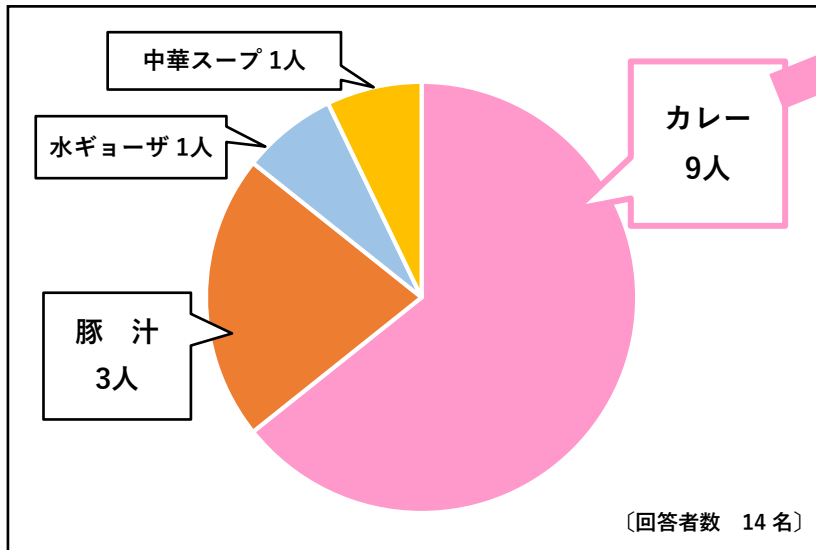
〈アンケート結果〉

1位 カレー

2位 豚汁

3位 水ギョーザ

中華スープ



【今日の献立】

- ・麦飯
- ・ポークカレー
- ・若どり唐揚げ
- ・オレンジ
- ・牛乳



今回、カレーを選んだ理由の中で一番多かったのは、「ごはんとかうから」でした。

カレーライスや丼物などは、それだけで美味しくごはんが食べられますが、よく噛まずに食べる「早食い」になりやすいので注意が必要です。

昔、大食いタレントが「カレーは飲み物」なんて言っていましたが、よく噛んで食べると唾液がたくさん出て、食べかすや虫歯菌を洗い流してくれるので虫歯予防にもつながります。また、色々な味を感じ取る味覚の訓練にもなり、他にも体に良いことがたくさんあります。よく噛んで食べましょう！