



# 今日の給食

12月15日(木)



## 食育の日「かみかみ給食」です！

全部の学校がそろそろ今日、かみかみ給食を計画しました。野菜たっぷりの「ビビンバ」や、油でカリッと揚げた「ポリポリ大豆」をよく噛んで食べてみましょう。よく噛むとだ液がたくさん出てきますね。だ液にはむし歯を予防する働きがあります。

ところで、みなさんの汁椀の中に、星の形をしたお餅は入っていませんか？今日のスープは韓国のお餅「トック」が入っていますが、通常の丸い形の他に、今日は星の形のお餅も少しだけ入れました。当たった人は今日はラッキーな日になるかもしれませんね。お餅もよく噛んでから飲み込みましょう。

