



○給食指導目標○  
よく噛んで食べよう  
○食に関する指導○  
骨や歯を丈夫にする食品を知ろう

嘉手納町立学校共同調理場  
☎ 956-3107

梅雨入りし、蒸し暑くなってきましたね。学校ではクーラーが稼働し始め、室内と室外の温度差に体調を崩し、食欲が落ちている子どもたちを見かけます。6月は「食育月間」と「歯と口の健康習慣」楽しく美味しく食事をして、成長期に必要な栄養素をしっかりと体に取り入れるためには健康な歯が必要不可欠です。今月は食と歯について見直してみてもいいでしょうか？

## かむって、こんなにすばらしい (>w<)ノ

よく噛んで食べると、食べ物の栄養が吸収されやすくなるだけでなく、体や心にとってもいいことがたくさんあります。



## 骨や歯を丈夫にする食品



### ★今月のうちなーむん★

きゅうしよくつかけんさんひんしょうかい  
～給食で使われる県産品を紹介します!!～※天候等によって産地が変更になる場合もあります。

