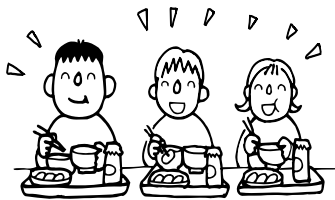
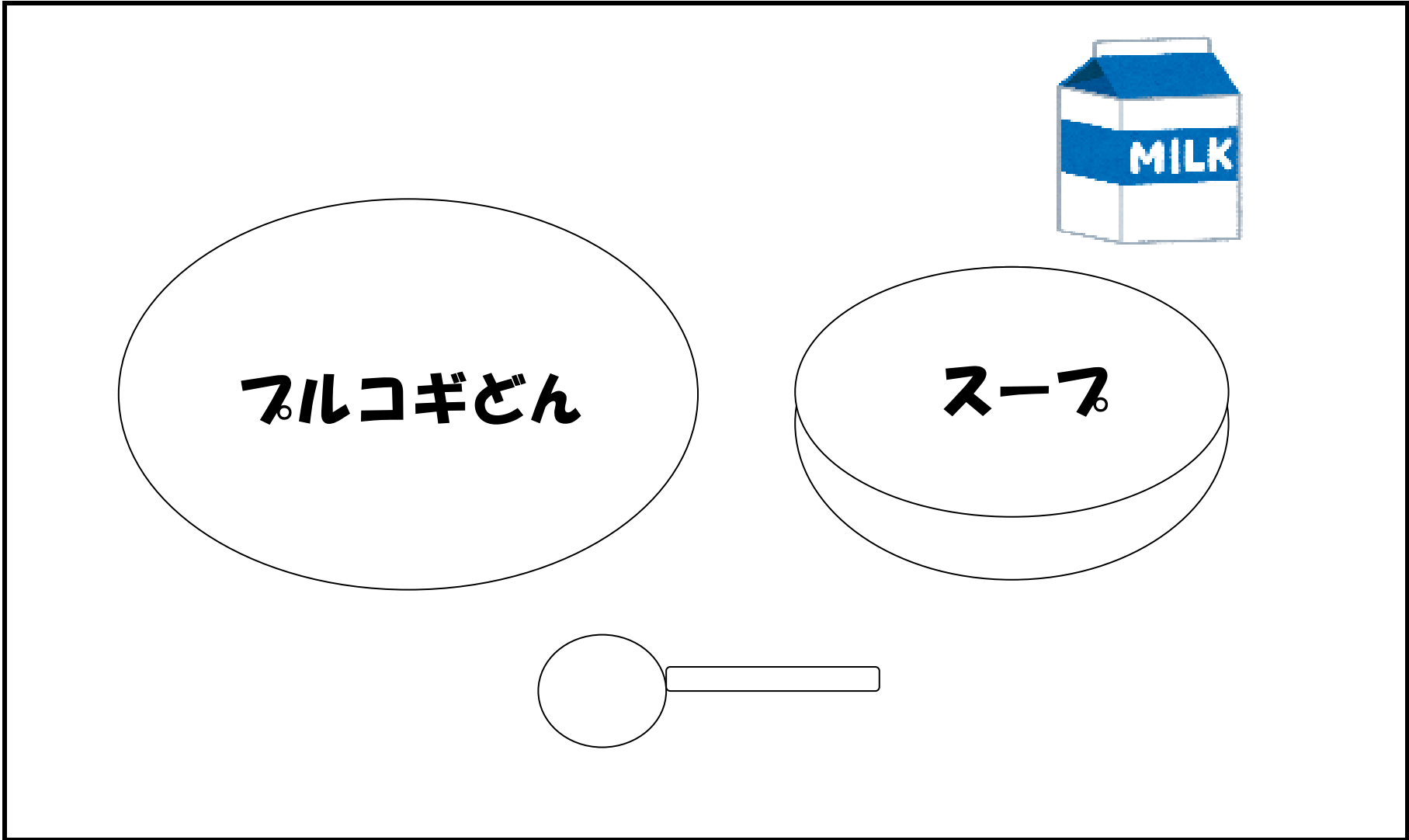


ランチタイムだよ



鶴指小給食室

★ 7月4日(金) のもりつけ



★ 7月4日(金) の献立

ごはん

プルコギふうやきにくどん

にくだんごスープ

ぎゅうにゅう

今日は[牛乳]についてのおはなしです。

牛乳はなぜ毎日の給食に出るのでしょうか？

それは、牛乳には日本人に不足しがちなカルシウムがたくさん含まれているからです。

カルシウムは、骨や歯を作るもとになる栄養素で、

成長期には欠かせません。

将来、骨粗しょう症という、骨がスカスカになる病気にならないために、

今のうちから骨を丈夫にしておく必要があります。

今日は牛乳が苦手な人も、ひとくちチャレンジしてみましょう！