

ランチメール

2022.6.1

はじまるよ!

全5回!

かみかみメニュー

やわらかいものばかり食べていて、
かまないクセ、ついていませんか?

〈よくかむといいこと〉

- ① 肥満防止
- ② 消化を助ける



- ③ 脳を刺激して、
集中力・記憶力アップ
など

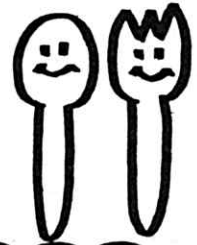


成績もアップするかも!?

かむクセをつけることで
味覚も発達していきます。

今月のかみかみメニューはウラを
チェック!

カニカニメニュー



6/1 かたやきそば

6/2 ビビンバ

6/8 まめまめみそ^{まめ}豆

6/9 しゃきしゃきそば^{どん}ろ丼

6/14 ざっこくごはん
ししゃもの^{ひもの}干物、
^{だいた}大豆の^{ごもく}五目^に煮

