

給食委員会だより

平成29年 6月 30日(金) 発行

牛乳を毎日のこさずに飲んでいらっしゃいますか

牛乳を毎日おいしく飲んでいらっしゃいますか？

ゴックン調子を行います。

期間… 7/3(月)～7/10(月)までです。

やり方… その日に出席した人数と
牛乳を全て飲んだ人数を
表に記入してください。

牛乳には、栄養素がたくさんふくま
れています。

牛乳には… カルシウムや良質な
タンパク質などの栄養素
がたくさんふくまれて
います。

カルシウムは、骨や歯をつくる
はたらきがあり、タンパク質は身体
の筋肉や皮膚などをつくります。

牛乳はからだにとってもいいです。
ぜひ1杯をあげてがんばり、て
くたす。