

がつ 4月 「カミカミ献立」の紹介

ちく にち すい A地区23日(水) / ちく にち すい B地区30日(水)

カレーふうみいりこ



あつあげのからめに



ちいさいくろざとうパン



さらうどん

こんげつ 今月のカミカミ献立は「カレー風味いりこ」です。

は つく 歯を作るもとになるカルシウムやたんぱく質を多くふくむ「いりこ」と「大豆」に、カレー粉が入った甘辛いたれをからめています。

しょくよく 食欲そそるカレーの香りを感じながら、よくかんで食べましょう。

よくかんで

あじ かん ちから たか 「味を感じる力」を高めよう!



た もの あじ かん 食べた物の味を感じるのは、舌の表面にある「味らい」という部分です。

た もの あじ ぶっしつ えき と 食べた物の味の物質がだ液に溶けて、「味らい」まで運ばれることで、味を感じるができます。

えき すく かわ した うえ あじ かん ちから だ液が少なく、乾いた舌の上では、味を感じる力が

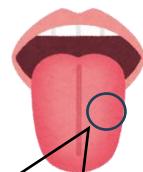
よわ 弱くなります。かたい食べ物だけでなく、やわらかい

た もの いしき 食べた物でも意識してよくかむことでだ液がしっかり

で あじ かん ちから たか み かく はったつ 出て、味を感じる力が高まり、味覚が発達します。

いろいろな食べ物をしっかりとよくかんで食べ、

あじ かん ちから たか 「味を感じる力」を高めましょう。



みらい (味を感じるセンサー)

