

【6月7日】歯と口の健康週間

ポークカレーライス・コールスローサラダ・プリン

よく噛むと、だ液がたくさん出て、小さくかみくだいた食べ物とまざり、
消化吸収がしやすくなります。今日は「コールスローサラダ」に使って
いる「野菜」が、噛みごたえのある食べ物です。

