

園の昼食やおやつを紹介し、食に対する取り組みを知ってもらう。

じゃが芋には、ビタミンCが多く含まれています。ビタミンCは、でんぷんに守られていて、加熱しても壊れにくく、風邪の予防や、疲労回復、肌荒れに効果があるそうです。



【普通食：以上児】わかめうどん・粉ふき芋・ごま和え

【おやつ：以上児】カレーピラフ・ごまこんぶ・お菓子



【普通食：未満児】

【おやつ：未満児】



【離乳食】煮込みうどん・粉ふき芋・ごま和え