

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。

厚揚げは、油で揚げている分エネルギー（カロリー）は高いですが、たんぱく質やカルシウム・イソフラボンが豊富に含まれているため、生活習慣病や肥満防止に効果があるそうです。



【普通食：以上児】鶏肉の唐揚げ・コロコロ和え・厚揚げのみそ汁

【おやつ：以上児】ヨーグルト・ゆかりじゃこ・クラッカージャムサンド



【普通食：未満児】

【おやつ：未満児】



【離乳食】鶏肉のくず焼き・コロコロ和え・青菜のみそ汁