

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。

さつまいの食物繊維はじゃが芋の2倍も含むそうで便秘解消に効果があり、他の主な栄養素であるビタミンCやポリフェノールで免疫力アップも期待できるそうです。



【普通食：以上児】醤油ラーメン・さつまいの唐揚げ・ゆかり和え

【おやつ：以上児】ごま塩おにぎり・甘辛じゃこ・お菓子



【普通食：未満児】

【おやつ：未満児】



【離乳食】醤油うどん・ふかし芋・ゆかり和え