

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。

おからに含まれるイソフラボンという成分は、肌の弾力を保つ「コラーゲン」を増やしたり、細胞の新陳代謝を高めてくれ、肌のモチモチと弾力があって、肌の生まれ変わりを促進するそうです。



【普通食：以上児】ハンバーグ・卵の花の炒り煮・なめこのみそ汁

【おやつ：以上児】ツナのホットケーキ・酢こんぶ・くだもの



【普通食：未満児】

【おやつ：未満児】



【離乳食】ハンバーグ・青菜の炒め物・大根のみそ汁