

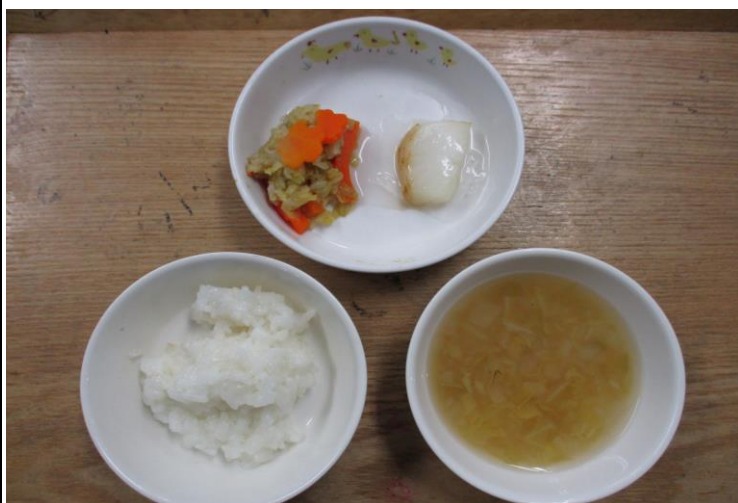
・今日のごはんとおやつを紹介することで園での食育について知ってもらう

☆誕生会でした☆たけのこの切り口にでる白い粉は「チロシン」という成分が結晶化したもの。このチロシンは「やる気を高める」成分として注目されています。脳や神経を活性化させ、集中力を高めてくれるといえます。アミノ酸の一種で旨味成分ですが、時間が経つと参加しえぐみとなるので、早いうちに処理をして食べてしまいましょう。



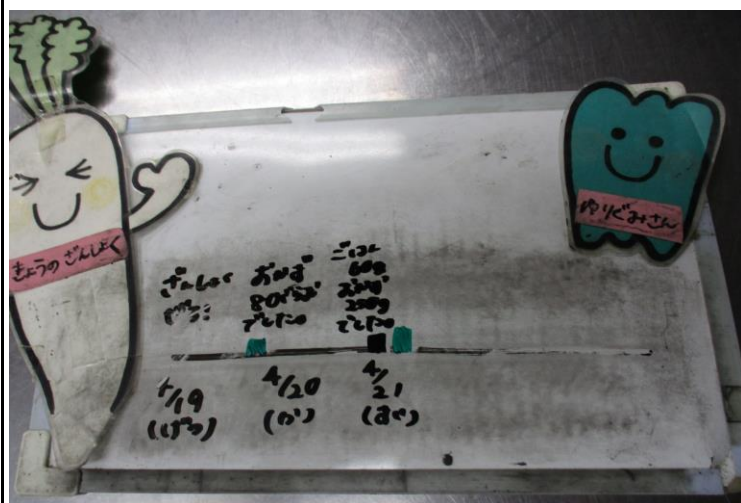
【普通食：以上児】魚の春野菜あんかけ・キャベツのお浸し・わかめのみそ汁

【おやつ：以上児】プリン・醤油こんぶ・お菓子



【普通食：未満児】

【離乳食】魚のあんかけ・キャベツのお浸し・玉葱のみそ汁



今日の残食（ゆり組さん） ご飯60g おかず240g くらむでした