

・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

さつまいもは食物繊維が豊富で、また切り口から出るというヤラピンが腸の働きを促し、食物繊維との相乗効果で便秘の改善に効果的と言われています。



【普通食:以上児】 醤油ラーメン・さつまいもの唐揚げ・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】

【離乳食】 醤油うどん・ふかし芋・ゆかり和え



今日の残食（ゆり組さん）おかず60グラムでした。