

・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

昆布は「喜び」に通じる縁起物なのによく知られています。これは単なる語呂合わせではなく、栄養学的に見ても身体のために大変良い食材なのです。現代の食生活では肉や加工食品を多く摂るようになって、身体が酸性に傾きがちです。健康体である弱アルカリ性に保つためには、アルカリ性食品の中でもトップクラスの昆布を食べるのが一番！昆布は理想の健康食品、と言っても過言ではありません。



【普通食：以上児】豚肉のゆかり焼き・甘酢和え 刻みこんぶのお吸い物



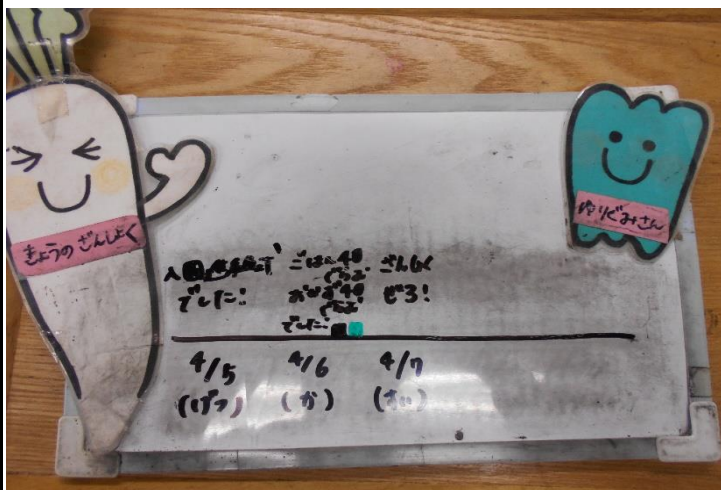
【おやつ：以上児】バイクドポテト パリパリこんぶ・お菓子



【普通食：未満児】



【離乳食】豚肉のゆかり焼き・キャベツの和え物 お吸い物



残食ゼロでした！