

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。

じゃが芋は、でんぷんが主成分のため、糖質をたっぷり含んでおり、ビタミンCやカリウムを豊富に含むことが特徴です。カリウムは、体内での生成ができないため、食事から摂る必要があります。



【普通食：以上児】弁当日でした☆「南瓜入ってる！」とケーキを食べて喜んでいました。

【おやつ：以上児】南瓜ケーキ・焼き干しえび・くだもの



【普通食：未満児】魚の生姜焼き・ひじきの煮物・じゃが芋のみそ汁

【おやつ：未満児】



【離乳食】魚の生姜焼き・ひじきの煮物・じゃが芋のみそ汁