

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。

ひじきには、骨を強くするカルシウムや腸を綺麗にする食物繊維が、たくさん含まれています。また、皮膚を健康に保つビタミンA（レチノール当量）まで含まれているので、ひじきは女性にはうれしい食材です。



【普通食：以上児】 豚肉の黒糖焼き・ひじきの和え物・うすくず汁



【おやつ：以上児】 大学芋・醤油こんぶ・お菓子



【普通食：未満児】



【おやつ：未満児】



【離乳食】 豚肉の照り焼き・ひじきの和え物・うすくず汁