

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。

椎茸には、食物繊維が多く含まれています。食物繊維は、整腸作用があり便通をよくするので、肌荒れを防ぎ、ダイエットや肥満防止にも効果的です。



【普通食：以上児】魚の香り焼き・干草和え・煮干しだしのすまし汁

【おやつ：以上児】米粉の豆乳つぶあんケーキ・焼き干しえび・おかき



【普通食：未満児】

【おやつ：未満児】



【離乳食】魚のみそ焼き・干草和え・すまし汁