

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。

大葉には、β-カロテンが多く含まれています。βカロテンの主な働きは、免疫機能の活性化です。抗酸化作用も兼ね備えているため、鼻や喉の粘膜、全身の皮膚を強くして、細菌やウイルスが体内に侵入するのを防ぎます。



【普通食：以上児】鶏肉の梅大葉焼き・コロコロ和え・南瓜のすまし汁

【おやつ：以上児】ミルクくずもち・カレーじゃこ・おかき



【普通食：未満児】

【おやつ：未満児】



【離乳食】鶏肉の梅焼き・コロコロ和え・南瓜のすまし汁