

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おう。

ごまには鉄分やカルシウムも多く含まれています。カルシウムは骨をつくるだけでなく、肩こり・高血圧の解消をしてくれるそうです。



【普通食：以上児】魚の和風マヨ焼き・ごま和え・野菜スープ



【おやつ：以上児】焼きうどん・酢こんぶ・くだもの



【普通食：未満児】



【おやつ：未満児】



【離乳食】魚のおかか焼き・ごま和え・野菜スープ